Petit traité de la connaissance de soi

JOSÉ LE ROY

Almora
Spiritualités pratiques

Petit traité de la connaissance de soi

JOSÉ LE ROY

Almora
Spiritualités pratiques

Un voyage vers le centre de soi-même

« Connais-toi toi-même » pouvait-on lire sur le temple de Delphes.

Qui suis-je en effet ? C'est là une question essentielle de notre existence.

Mais comment y répondre ? Peut-on même y répondre ?

À travers un vaste panorama des philosophies d'Orient et d'Occident, en s'appuyant sur des textes des maîtres spirituels des principales traditions, José Le Roy montre que ce que nous sommes vraiment n'est pas ce que nous paraissons être. Ce livre nous invite à un voyage vers le centre de nous-même où de profondes et étonnantes découvertes nous attendent.

José Le Roy est diplômé d'une grande école d'ingénieur et agrégé de philosophie. Sanskritiste, professeur de philosophie, il a publié 5 ouvrages : Éveil et philosophie et S'éveiller à la vacuité chez Accarias-l'Originel et 54 expériences de spiritualité quotidienne (avec Lorène Vergne), Le saut dans le vide et L'expérience directe, chez Almora.

Sommaire

- introduction
- pourquoi chercher à se connaître ?
- savons-nous qui nous sommes ?
- pourquoi semble-t-il difficile de se connaître ?
- suis-je conscient d'être conscient ?
- comment se connaître dans l'advaita vedanta indien ?
- « qui suis-je ? » ou « que suis-je ? »
    - Je suis déjà ce que je suis
- suffit-il de lire sa carte d'identité pour se connaître ?
    - Le personnage et le masque
    - Nous ne sommes pas le personnage social
- suffit-il de se regarder dans le miroir pour se connaître ?
    - Je crois être un corps et surtout un visage
    - Le moi se sert du corps
    - Le corps change
    - Les croyances matérialistes
    - Le corps est divisible
    - Nous devons enfin comprendre que l'essence du moi ne peut être le corps.
    - La conscience n'est pas une chose
    - Le mythe de Narcisse
- la connaissance de soi est-elle une connaissance morale ?
- suis-je mes pensées ?
- suis-je ce dont je me souviens ?
    - Suis-je la mémoire ?
- qu'est-ce que je suis ?
- soi ou non-soi ?
- que veut dire se connaître ?
    - Exercice d'éveil
- la connaissance de soi n'est-elle pas une ignorance de soi ?
- biographie des auteurs
- bibliographie

Ce livre reprend en partie le contenu d'un cours de philosophie donné chez moi à des amis ; qu'ils soient ici tous remerciés pour leur curiosité, leur ouverture d'esprit et leur désir de philosophie. Merci à Pascale, Denis, Maire, Jean-François, Ysiane, Colas, Isabelle et bien sûr merci à ma femme Lorène.

Je remercie également Claude Bard pour sa confiance.

À Douglas Harding, évidemment.

« Il ne mène pas la vie d'un homme celui qui ne s'interroge pas sur lui-même. » Platon , *Apologie de Socrate* .

« Je me suis cherché moi-même. » Héraclite , *fragments*

« Se connaître soi-même, c'est être beau ; être laid, c'est s'ignorer.» Plotin , *Ennéades*, V, 8.

« Je me suis tourné vers moi, et je me suis dit : "Toi, qui es-tu ?" » Saint Augustin, *Les Confessions.*

« Mais moi, qui suis-je ? » Descartes , *Méditations Métaphysiques.*

« Celui qui écoute, que vous ne connaissez pas est vous, et celui que vous savez être vous, n'est pas vous. » Nisargadatta Maharaj , *Prior to consciousness.*

« Pour moi, je pense que celui qui sait le mieux en quoi consiste le moi humain est le plus près de la sagesse. » Rousseau , *Sixième lettre morale.*

« La connaissance de soi est le commencement de la sagesse ; sans connaissance de soi, il n'y a pas de bonheur. » Krishnamurti , *De la connaissance de soi.*

introduction

Ce livre est un ouvrage d'introduction aux principales questions philosophiques et spirituelles liées à la connaissance de soi. Il se propose de présenter dans un langage simple quelques-uns des textes, des problématiques et des enjeux essentiels pour comprendre comment cette connaissance a été pensée par les philosophes d'Orient et d'Occident.

Qui suis-je ? Que suis-je ? C'est à ces questions que je voudrais répondre.

Cependant, il ne s'agira pas ici de psychologie, ou en tout cas pas seulement. Nous avons tendance en Occident aujourd'hui à limiter la connaissance de soi à la connaissance de nos problèmes personnels, de nos désirs, de nos angoisses. Nous pensons que se connaître consiste à explorer le moi individuel, à se plonger dans ses souvenirs, ses pensées, ses désirs. Le succès de la psychanalyse et plus récemment celui de toutes les nouvelles thérapies psychologiques montrent combien nous aimons « nous regarder le nombril ».

Si de telles analyses peuvent parfois nous aider, elles peuvent aussi nous enfermer dans le cycle sans fin de nos plaintes et de notre individualisme. En ce sens, Clément Rosset n'a pas tort de critiquer l'autoinvestigation ; il écrit : « Terrain d'élection du narcissisme, l'introspection est le plus souvent l'offrande complaisante de sa personne au regard de l'autre. (…) Elle apparaît comme un discours exhibitionniste dont elle constitue un genre particulièrement déplaisant dans la mesure où elle ajoute, au fait de se composer un visage à destination de l'autre, l'imposture de prétendre restreindre son intérêt à l'observation de soi-même. Le désir d'être vu se travestit en somme en intention de se connaître. »[1]

Bien souvent, sans doute, l'observation de soi se révèle n'être au fond qu'un exhibitionnisme impudique et égocentriste. Mais la connaissance de soi ne se limite pas à ce repliement sur son petit moi ; elle peut aussi faire découvrir notre véritable identité en nous hissant au-delà de notre ego. Si certains penseurs affirment que la

connaissance de soi est inutile voire néfaste parce qu'elle ne conduirait qu'à un narcissisme égotique, c'est peut-être qu'ils confondent alors le moi empirique – l'individu – et l'essence de notre être.

J'espère que ce livre montrera pourquoi la connaissance de soi est si importante pour la philosophie et pour notre propre existence.

À la fin de chaque chapitre, j'ai résumé en quelques points l'essentiel de l'analyse. J'ai également inclus un certain nombre d'extraits d'œuvres classiques de la philosophie ainsi que des textes de philosophes orientaux afin de constituer une sorte d'anthologie philosophique et spirituelle de la connaissance de soi ; le lecteur pressé pourra se passer de les étudier.

[1] Clément Rosset , *Loin de moi, essai sur l'identité*, Éd. de Minuit.

À cette question, je vois au moins trois réponses.

La première, c'est que dès l'antiquité grecque, la connaissance de soi est présentée comme conduisant à la sagesse. Sur le fronton du temple d'Apollon à Delphes, le pèlerin qui entrait pouvait lire le commandement suivant : « Connais-toi toi-même. » Ainsi le dieu Apollon lui-même exigeait de tout Grec qu'il fasse effort pour avancer dans la connaissance de soi. Socrate introduisit cette expression dans la philosophie comme on le lit dans un dialogue de Platon *l'Alcibiade* [2] : « La sagesse consiste à se connaître soi-même. » Impossible de devenir meilleur, dit Socrate, si on ne se connaît pas ; impossible même d'être heureux si on ne sait pas ce qui nous convient ou pas. Prendre soin de soi, assure le philosophe d'Athènes, c'est essentiellement se connaître soi-même.

« Socrate : Seulement, est-ce chose facile de se connaître soi-même ? et celui qui a mis ce précepte au temple de Pytho (c'est-à-dire le temple d'Apollon à Delphes, note de JLR) était-il le premier venu ? Ou bien est-ce une tâche malaisée, qui n'est pas à la portée de tous ? Alcibiade : Pour moi, Socrate, j'ai cru maintes fois qu'elle était à la portée de tous, mais, quelquefois aussi qu'elle était très difficile. Socrate : Qu'elle soit facile ou non, Alcibiade, nous sommes toujours en présence de ce fait : en connaissant cela, nous pourrions connaître ce qu'est le soin de nous-mêmes ; sans cela, nous ne le pouvons pas. Alcibiade : C'est très exact. » Platon, *Alcibiade*, Œuvres complètes, Tome I, Éd. les Belles Lettres.

De même, dans l'advaita vedanta[3] indien, il est impossible d'atteindre le bonheur sans se connaître soi-même. Ramana Maharshi , le grand maître indien du XX e siècle notait le lien entre connaissance de soi et bonheur : « Tout être brûle du désir d'être toujours heureux, inaffecté par la tristesse ; et chacun a le plus grand amour pour soi-même, ce qui est dû au simple fait que le bonheur est sa vraie nature. Par conséquent, afin de réaliser ce bonheur inhérent et inaltérable qu'il éprouve bien chaque jour lorsque son esprit est plongé dans le sommeil profond, il est essentiel qu'il se connaisse. Pour obtenir une telle connaissance la question "Qui suis-je ?" dans la voie de la recherche du Soi est le meilleur moyen. »[4]

« La mère de toutes les connaissances pratiques est la sagesse, dont l'amour a pris en grec le nom de philosophie, don le plus fécond que nous aient fait les dieux, le plus magnifique, celui qui l'emporte sur tout

en excellence. C'est par la philosophie que nous parvenons à toutes nos connaissances et à la connaissance la plus difficile, celle qui nous a nous-mêmes pour objet ; telle est la vertu, telle est la portée du précepte qui ordonne de se connaître, qu'on l'a voulu attribuer non à un homme, mais au dieu qu'on adore à Delphes. » Cicéron, *Les Lois*, Éd. G. F., 1965, Trad. Charles Appuhn.

La seconde raison pour se connaître, c'est la curiosité et l'étonnement. Vais-je vivre puis mourir sans m'être au moins une fois posé véritablement la question : qui suis-je ? Puis-je passer mon existence entière dans les ténèbres sur ce qui est le plus proche de moi : *moi* ? À quoi bon vivre si celui qui vit est inconnu à lui-même ? La question de notre identité est sans doute une des questions les plus importantes de notre existence, sinon la plus essentielle. Platon le dit : une vie passée dans l'ignorance de soi ne vaut pas d'être vécue. Ce constat est très vrai, non pas parce que Platon l'affirme, mais simplement parce qu'une existence dans l'ignorance de soi est une vie conduite dans le noir, sans point de repère et sans boussole. Je suis, j'existe ; voilà qui est certain ; mais qui suis-je ? C'est de l'étonnement d'être que jaillit cette question. La connaissance de soi n'est possible que si je suis capable de m'étonner de ce qui est le plus connu, le plus évident, à savoir le moi lui-même. Platon et Aristote font de l'étonnement la véritable origine de la philosophie ; sans lui, en effet, aucune question ne surgit, aucune recherche ne se met en place. Il se trouve que j'existe, que je suis. N'est-il pas légitime de se tourner vers soi au moins une fois et de véritablement s'interroger sur celui qui est ici en train de vivre ? Comment ne pas s'étonner du fait d'être, non pas d'être ceci ou cela, mais juste d'être ? L'étonnement porte ici non pas sur des phénomènes rares et exceptionnels mais sur ce qui est tout à fait ordinaire : le « je suis » lui-même.

Mais, la question du « Qui suis-je ? » peut aussi surgir spontanément dans les moments de crises profondes, lorsque tout notre monde semble s'écrouler, suite à un deuil, à une maladie ou plus simplement suite à un moment de lucidité sur notre condition mortelle et finie. Alors, avec le doute radical de notre existence, avec l'écroulement de nos valeurs et de nos certitudes, nous nous demandons avec angoisse ce que nous sommes réellement. Bien souvent à l'adolescence, le jeune individu, sortant de l'enfance et hésitant à

entrer dans la société des adultes se pose la question « Qui suis-je ? » et se tourne de tout côté dans l'espoir d'une réponse ou d'un soutien. Ces fractures de l'existence sont certes de douloureuses remises en question mais elles apparaissent parfois comme des ouvertures vers une interrogation plus profonde sur soi-même. Un intervalle surgit alors, une clairière s'illumine un instant nous sortant de notre routine. Qu'allons-nous faire alors ? Répondre à cet appel vers soi-même ? Nous lever de notre lit de sommeil pour vivre une existence plus éveillée ? Ou au contraire allons-nous faire taire cette nostalgie vers une autre vie plus intense de nous-mêmes ? Allons-nous étouffer cette voix et, sourd à notre véritable identité, la laisser retomber dans l'oubli ?

« Qui veut arriver à la plus haute perfection de son être et à la contemplation de Dieu, du bien suprême, il faut qu'il ait une connaissance de lui-même, comme de ce qui est au-dessus de lui, jusqu'au fond. Ce n'est qu'ainsi qu'il arrive à la plus haute pureté. C'est pourquoi, cher être humain, apprends à te connaître toi-même, cela t'est meilleur que si tu connaissais les forces de toutes les créatures. » Maître Eckhart, *De la perfection de l'âme*.[5]

Enfin, la troisième raison pour se mettre en marche sur le chemin de la connaissance de soi, est sans doute la plus importante : les grandes philosophies du passé et les spiritualités authentiques nous apprennent qu'au cœur de nous-mêmes, en notre centre le plus intime, vit, demeure un trésor sans prix : la source du monde, l'Absolu. La phrase du temple de Delphes que j'ai déjà citée « Connais-toi toi-même » nous est parvenue aussi sous cette forme plus complète : « Connais-toi toi-même et tu connaitras l'univers et les dieux. » Et de l'Inde, des Upanishads anciennes nous parvient la même promesse : notre soi, notre atman est le Brahman[6] lui-même, l'absolu si petit qu'il loge dans notre centre comme un point, et si vaste qu'il englobe le monde. Vérifions donc cette antique parole, cette si heureuse promesse : si ce message est faux, si au cœur de nous-mêmes, nous ne trouvons rien que de l'humain eh bien soit ! nous devrons en prendre notre parti ; mais si au contraire, cet enseignement se vérifie dans les faits, alors notre vie pourrait bien en être complètement bouleversée. Nous devons mettre ces paroles à l'épreuve, une fois pour toutes.

« Au cours de sa vie, un homme peut se poser beaucoup de questions mais elles tournent toutes autour d'une seule interrogation : « Qui suis-je ?». Toutes les questions partent de là. Ainsi, la réponse à la question « Qui suis-je ?» est la réponse à toutes les questions, la réponse ultime. » Jean Klein , *Qui suis-je ?*, Éditions Le Relié.

Résumé : **Pourquoi chercher à se connaître ?**

- **La connaissance de soi conduit à la sagesse.**

- **L'étonnement d'être nous pousse à nous connaître.**

- **Des crises, des remises en question peuvent faire naître spontanément la question : « Qui suis-je ? »**

- **Les spiritualités et les grandes philosophies nous révèlent qu'en trouvant sa véritable identité, on découvre l'absolu.**

[2] *L'Alcibiade* est un dialogue de jeunesse de Platon qui met en scène un entretien entre le jeune Alcibiade et Socrate sur la question de la nature de l'homme.
[3] L'advaita vedanta est une école de philosophie indienne, non-dualiste, qui affirme l'identité de l'individu avec l'absolu. Shankara, penseur indien du VIII e siècle, en est la figure principale.
[4] *L'enseignement de Ramana Maharshi*, Albin Michel.
[5] Maître Eckhart, *De la perfection de l'âme*, traduction Paul Petit, Tel Gallimard, p. 68.
[6] En sanskrit, l'atman désigne le soi, et Brahman est le nom de l'absolu, du principe ultime.

Mais est-ce que je ne me connais pas déjà ? Ne suis-je pas « moi », pleinement « moi », complètement « moi » ? À quoi bon chercher à connaître ce qui est le mieux connu, c'est-à-dire « moi » ?

« Aucune époque n'a accumulé sur l'homme des connaissances aussi nombreuses et aussi diverses que la nôtre. Aucune époque n'a réussi à présenter son savoir de l'homme sous une forme qui nous touche davantage. Aucune époque n'a réussi à rendre ce savoir aussi promptement et aussi aisément accessible. Mais aussi aucune époque n'a moins su ce qu'est l'homme. À aucune époque l'homme n'est apparu aussi mystérieux. » Heidegger , *Kant et le problème de la métaphysique*.

Il est vrai qu'il peut sembler très étrange de vouloir entreprendre un tel chemin qui me mènerait de moi à moi-même car cela suppose une distance, comme si je ne coïncidais pas avec moi, comme si au sein de mon individualité se trouvait une division. F. Pessoa se demande : « Qu'est-ce donc que cet intervalle entre moi-même et moi ? »[7] Suis-je ainsi dans l'erreur en ce qui concerne ce qui m'est le plus connu : moi ? Y a-t-il erreur sur la personne ? En croyant me connaître, suis-je victime d'une fausse évidence ?

« Qui est Je Suis ? Où est Je Suis ? Poser la question : "Qui est Je Suis ?", ou plus exactement "où est Je Suis ?" pour parler de façon plus topologique, suppose un "écart", certains diront une "faille", entre "ce que je suis" et "Je Suis" que j'écris avec une majuscule… une faille, un écart entre le lieu ou la conscience dans laquelle je me trouve maintenant et le lieu, la conscience dans laquelle est supposé être, mon "Je Suis" véritable. » Jean-Yves Leloup , *Qui est « Je suis » ?* Éditions du Relié.

Voilà peut-être pourquoi nous ne nous posons pas la question « Qui suis-je ? » : nous pensons déjà connaître la réponse ! La question paraîtra même absurde à beaucoup. Pourquoi donc devrais-je chercher à me connaître moi-même ? Ne suis-je pas moi ?

Sans doute ! Mais je suis alors bien embarrassé si on me demande de définir plus précisément ce que je suis. Je serais tenté de répondre à propos du moi ce que saint Augustin disait du temps : « Si on ne me demande pas ce que c'est, je le sais ; mais si on me le demande, je ne

le sais plus. »

Mais c'est peut-être cette trop grande proximité avec moi-même qui pose problème. « L'homme, écrivait saint Augustin , est inconnu de lui-même. »[8] Le moi ignore qui il est ; mais de plus il ignore qu'il ignore. On comprend qu'il y a là une double ignorance. Ignorance de soi et de son ignorance[9]. Voilà pourquoi il semble que les êtres humains qui se mettent en quête de leur identité soient finalement assez rares, car pour chercher une chose, il faut d'abord savoir qu'on l'a perdue.

Au moins, puis-je répondre que je suis un homme. Mais répondre ainsi, c'est assimiler connaissance de soi et connaissance de l'homme ; c'est préjuger déjà de la réponse. « Qu'est-ce donc que j'ai cru être ci-devant, demande Descartes ? Sans difficulté, j'ai pensé que j'étais un homme. Mais qu'est-ce qu'un homme ? Dirai-je que c'est un animal raisonnable ? Non certes : car il faudrait par après rechercher ce que c'est qu'animal, et ce que c'est que raisonnable, et ainsi d'une seule question nous tomberions insensiblement en une infinité d'autres plus difficiles et embarrassées. »[10]

Nous devons laisser la question « Qui suis-je ? » nous mener jusqu'à la source de notre être et pour cela il nous faut abandonner autant que possible les préventions, les préjugés et les idées toutes faites. Il se peut que l'essence du soi ne corresponde pas à l'idée que nous nous faisons de l'homme. Ainsi l'homme fut longtemps défini comme « l'animal qui est raisonnable ». Mais suis-je un animal raisonnable ?

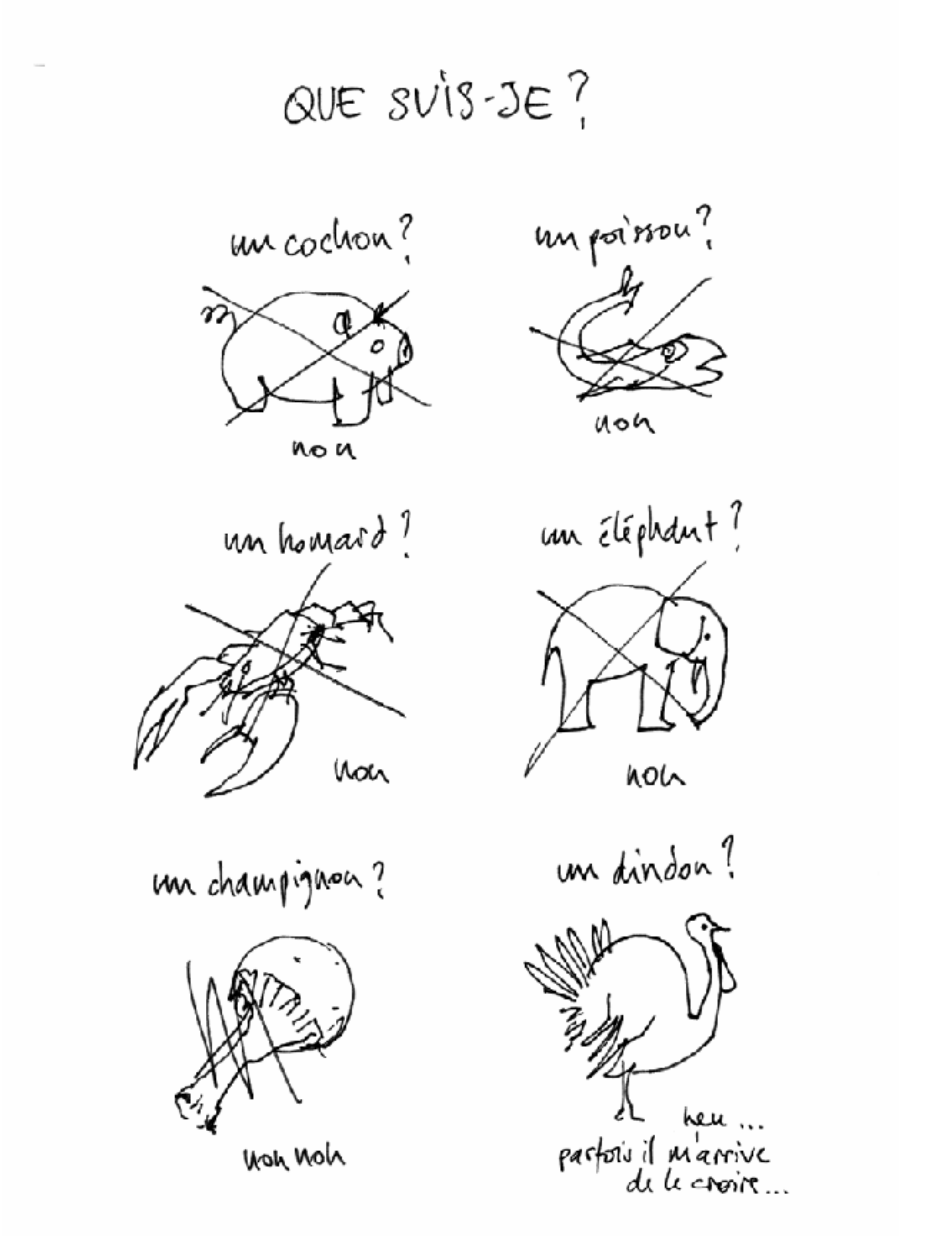
« La Philosophie : Répondez-moi encore : vous souvenez-vous que vous êtes un homme ?
Boèce : Eh ! Pourquoi lui dis-je, ne m'en souviendrais-je pas ?
La Philosophie : Eh bien ! Dites-moi ce qu'est l'homme ?
Boèce : C'est un animal raisonnable et mortel, je le sais. Voilà ce qu'est l'homme. Voilà ce que je suis.
La Philosophie : N'êtes-vous rien de plus ? me dit-elle.
Boèce : Non, lui dis-je.
La Philosophie : Ah, je sais maintenant la principale cause de votre maladie. Vous avez cessé de vous connaître vous-même. » Boèce , *La consolation de la philosophie*, *Livre premier.*

Nous devons mettre entre parenthèses ce que nous croyons savoir de nous ; la connaissance de soi exige que nous sachions nous vider de toutes informations superflues et extérieures ; elle impose que nous ayons l'audace de regarder avec un œil neuf ce que nous imaginons pourtant si bien connaître. Le précepte de Delphes nous invite à faire retour sur nous-mêmes en ayant l'audace de reconsidérer toutes nos certitudes.

Ce doute radical est nécessaire et difficile dans toute recherche du vrai, mais la mise à distance de nos préjugés est encore plus difficile dans la connaissance de soi car il est ici question de l'identité de notre être. Nous avons bâti notre existence à partir d'une certaine idée de nous-mêmes, aussi répugnons-nous à remettre en cause le fondement de cette existence. L'homme est ce qu'il croit être, ou ce qu'on lui a appris qu'il était ou ce à quoi il s'est identifié. La connaissance de soi touche donc notre identité la plus intime.

Bergson fait très justement remarquer que nous connaissons mieux le monde que nous-mêmes : « La plupart du temps, nous vivons extérieurement à nous-mêmes, nous n'apercevons de notre moi que son fantôme décoloré ; nous vivons dans le monde extérieur plutôt que pour nous. »[11] Bergson suggère ici que nous nous trouvons à la périphérie de nous-mêmes, que nous vivons en quelque sorte excentrés, loin du centre exact du vrai moi. Le moi s'est comme perdu dans les images du monde extérieur, dans la périphérie de son essence ; happé par les formes, il quitte son centre et s'oublie comme on s'endort. Mais comment le moi peut-il ne pas se connaître ? Cette ignorance semble paradoxale ; elle conduit d'ailleurs Bergson à se poser la question suivante : « N'y a-t-il pas là quelque chose de surprenant ? Nous sommes intérieurs à nous-mêmes, et notre personnalité est ce que nous devrions le mieux connaître. Point du tout, notre esprit y est comme à l'étranger, tandis que la matière lui est familière et que, chez elle, il se sent chez lui. Mais c'est qu'une certaine ignorance de soi est peut-être utile à un être qui doit s'extérioriser pour agir. »[12] Bergson s'étonne que nous connaissions la matière et le monde des objets mieux que notre propre moi. En effet, étant en contact direct et immédiat avec moi-même, je devrais tout au contraire me connaître mieux que toute autre chose. Pourtant si je sais *que* je suis, je ne sais pas *ce que* je suis ou *qui* je suis. Selon Bergson, l'intelligence humaine est tournée vers l'utile, c'est-à-dire vers l'action sur la matière ; elle est au service de la vie. Or vivre pour un être, c'est essentiellement s'adapter et agir sur le monde qui l'environne. Ainsi il faudrait, pour se connaître, que l'intelligence soit

capable de se détourner de la matière et l'individu de l'action, mais ce mouvement de conversion est un geste intérieur à créer par une force nouvelle, contraire à celle de la vie biologique qui nous oriente vers les choses.



Les hommes ne se connaissent pas eux-mêmes parce qu'aussi étrange que cela puisse paraître, ils ne recherchent pas cette connaissance ; tout les intéresse dans le monde ; ils témoignent d'une

rare soif de connaissance pour l'univers, les choses, la culture bref pour l'extérieur, mais ils dédaignent dans leur grande majorité de se connaître eux-mêmes. Plotin remarque en effet que « les âmes sont émerveillées par toutes choses plutôt que par elle-même, elles sont devant toutes choses frappées de stupéfaction et d'admiration, et s'y attachent. »[13]

« Nous vivons sur un globe tourbillonnant dans l'espace, dont la position se trouve quelque part, dans le grand ciel, entre Vénus et Mars. Il y a, dans ce fait, quelque chose qui peut donner à penser, et quelque chose qui peut prêter à rire. Quoique la distance qui nous sépare de ces deux astres soit si immense que l'imagination ne peut la concevoir, l'homme n'en a pas moins mesuré cette distance avec une indéniable exactitude. Et, cependant, ce même homme est incapable de mesurer l'étendue de son propre esprit ! Il est, pour lui-même un mystère qui demeure insondé, et cela jusqu'à l'heure où la froide étreinte de la Mort glace déjà ses membres.
N'y-a-t-il pas de l'ironie à penser que l'âme de l'homme semble moins accessible à ses recherches que la terre sur laquelle il habite ? N'est-il pas suprêmement étrange que l'homme ait été trop occupé à étudier la face de ce monde pour s'être jamais soucié, jusqu'à des temps récents, de connaître le monde qui est au fond de lui ?
L'homme en sait bien plus sur le fonctionnement d'une automobile, que sur les mouvements de son moi intérieur. Les Anciens enseignaient pourtant – et quelques-uns, parmi nous, ont confirmé leur enseignement – que si l'homme atteint certaines couches de la conscience, il y découvre la plus riche de toutes les veines : celle de l'or pur. Ne devrait-il pas faire de cette recherche son premier souci ?

(…) Nous savons construire des ponts gigantesques, qui traversent des fleuves immensément larges, mais nous sommes incapables de résoudre ce simple problème : QUI SUIS-JE ? Nos locomotives parcourent aisément un continent entier ; mais nos esprits ne sauraient transpercer le mystère du « MOI ». (…)Nous ne nous connaissons pas nous-mêmes. » Paul Brunton , *Le sentier caché*, Éd. Victor Attinger.

Nous pouvons en effet nous étonner de l'admirable marche de nos connaissances en ce qui concerne l'extérieur et de notre incompétence en ce qui concerne pourtant le plus important : notre essence. N'est-il pas étrange de chercher à comprendre quoi que ce soit du monde, si le sujet qui connaît est sur lui-même dans un état d'ignorance totale ? Nous vivons, nous mangeons, nous travaillons et ce quotidien tourne notre attention vers l'extérieur, vers les phénomènes, les objets, les images et le monde ; nous négligeons

pourtant de nous interroger sur celui qui vit tout cela. Épictète dans *Les Entretiens* demande : « Ne veux-tu pas songer quand tu manges à l'être qui mange, à l'être que tu nourris ? Dans tes rapports avec ta femme à l'être qui a ces rapports ? »[14]

Il importe donc, en premier lieu, de faire un retour sur soi.

Résumé :

- **L'homme est ignorant de lui-même et prétend pourtant se connaître.**
- **Nous connaissons plus de choses sur le monde que sur nous-mêmes.**
- **Pour se connaître, il faut être prêt à jeter un œil neuf sur soi-même.**

[7] F. Pessoa , *Le livre de l'intranquillité*, Éd. Christian Bourgeois.
[8] Saint-Augustin, *L'ordre*, Trad. Sophie Dupuy-Trudelle, Éd. La Pléiade, 1998, p. 119.
[9] Comme l'écrit Platon dans *Le Banquet* : « Les ignorants ne tendent pas davantage vers le savoir ni ne désirent devenir savants. Mais c'est justement ce qu'il y a de fâcheux dans l'ignorance : alors que l'on n'est ni beau ni bon ni savant, on croit l'être suffisamment. » Traduction Luc Brisson, collection G.F. Platon propose d'ailleurs une explication pour rendre compte de cette ignorance de soi. Avant de s'incarner dans un corps pour une nouvelle vie, les âmes doivent boire l'eau du fleuve de l'oubli ; elles perdent ainsi tout souvenir de leur propre origine pendant leur vie terrestre. Platon, La *République*, X, 621 b : « Lors donc que toutes les âmes eurent choisi leur vie (avant leur naissance, note de JLR), elles s'avancèrent vers Lachésis dans l'ordre qui leur avait été fixé par le sort. (…) Le soir venu, elles campèrent au bord du fleuve Amétos, dont aucun vase ne peut contenir l'eau. Chaque âme est obligée de boire une certaine quantité de cette eau, mais celles que ne retient plus la prudence en boivent plus qu'il ne faudrait. En buvant on perd le souvenir de tout. » Et l'on voit également que les âmes ne sont pas toutes égales par rapport à la force de l'oubli.
[10] Descartes , *Méditations métaphysiques*.
[11] Bergson, *Essai sur les Données immédiates de la Conscience*, p. 151, in Œuvres, éd. P.U.F.
[12] Bergson, *La pensée et le mouvant*, 1903-1923, PUF, 1998, pp. 40-41.
[13] Plotin, *Ennéades*, *Traité 10, 1 , 13*, Trad. F. Fronterotta, Éd. G.F., 2003.
[14] Épictète ; *Entretiens II, VIII, 12*, La Pléiade, Gallimard, Trad. E. Bréhier, p. 899.

pourquoi semble-t-il difficile de se connaître ?

Mais est-ce facile de se connaître ? A priori oui, car je suis qui je suis ; je suis moi et pas un autre ; et donc je devrais être à moi-même la personne la mieux connue. Autrui – qu'il soit mon ami, ma femme, mon mari, ou un étranger – demeure toujours loin de moi, à une certaine distance. Que pense-t-il ? Que veut-il ? Je n'en sais pas grand-chose. Mais de moi à moi, nulle distance ; je suis en quelque sorte à zéro centimètre de moi-même. Pourtant c'est précisément cette proximité qui va poser un redoutable problème.

Il y a d'abord un problème simple à repérer qu'on pourrait appeler « psychologique » : c'est la difficulté de se juger de manière objective. En effet, sommes-nous à même d'être impartiaux sur nos défauts et nos qualités ? N'allons-nous pas diminuer les premiers pour accroitre les seconds ? Ne sommes-nous pas aveuglés par notre amour propre ? C'est déjà la difficulté que pointe Aristote : « Apprendre à se connaître est très difficile (…) et un très grand plaisir en même temps (quel plaisir de se connaître !), mais nous ne pouvons pas nous contempler nous-même : ce qui le prouve, ce sont les reproches que nous adressons à d'autres, sans nous rendre compte que nous commettons les mêmes erreurs, aveuglés que nous sommes, pour beaucoup d'entre nous, par l'indulgence et la passion qui nous empêchent de juger correctement. »[15] Ainsi, passionnés par nous-mêmes, prisonniers de l'amour propre, nous sommes incapables de faire preuve de lucidité sur nos défauts et nos qualités, minimisant les premiers, exagérant les secondes. Nous apercevons avec scandale les vices d'autrui auxquels nous demeurons pourtant aveugles quand ils affectent notre caractère.

Mais les philosophes grecs ont repéré un problème plus grave encore dans la connaissance de soi, problème logique celui-là. Il y a en effet dans cette auto-connaissance une difficulté qui a été remarquée dès l'Antiquité par Platon dans le *Charmide* et qui semble la vouer à l'échec.

Le Charmide est un dialogue de Platon dans lequel Socrate en dialoguant avec Critias cherche à définir la sagesse. Après plusieurs tentatives vaines, Critias propose enfin de définir la sagesse comme connaissance de soi en référence au précepte de Delphes. Socrate

demande alors : « Si en effet, la sagesse consiste à connaître quelque chose, il est évident qu'elle est une science… Ou bien ne l'est-elle pas ? » Deux possibilités s'ouvrent devant Critias : la connaissance de soi est une science ou elle est autre chose. Critias choisira la voie de la science et elle le conduira à un paradoxe insoluble. En effet, dit Socrate, l'arithmétique a pour objet les nombres, leur valeur numérique, le pair et l'impair ; il existe dans ce cas une science et un objet de science différent d'elle, mais de quoi la connaissance de soi est-elle science ? Pour Critias la sagesse c'est « la science de soi-même »[16]. Mais si la connaissance de soi est une science de soi-même, elle semble impossible, contradictoire : comment la connaissance peut-elle se connaître elle-même ? Socrate montre à Critias cette « bizarrerie » : la vue voit des couleurs, du rouge ou du vert, mais que signifierait une vision qui se verrait elle-même ? L'ouïe entend des sons aigus ou graves mais comment l'ouïe pourrait-elle s'entendre elle-même ? Platon nous prévient donc : la connaissance de soi ne peut se comprendre sur le modèle de la science, avec un sujet et un objet.

Dans la connaissance de soi, en effet, le chercheur est le cherché, celui qui connaît et celui qui est connu sont une seule et même personne, et dès lors on ne comprend plus comment le sujet pourrait se connaître lui-même.

Cette difficulté se retrouve également chez les philosophes sceptiques de l'Antiquité comme Sextus Empiricus qui refuse la possibilité d'une connaissance de soi. « Si l'intelligence, écrit-il, se perçoit elle-même, ou bien c'est elle tout entière qui se perçoit, ou bien elle se perçoit par quelque partie d'elle-même. Or le premier cas est impossible, car si c'est elle tout entière qui se perçoit, elle sera tout entière perception et percevante, il n'y aura plus rien qui soit perçu… L'intelligence ne peut davantage user d'une partie d'elle-même pour se percevoir, car comment cette partie se percevra-t-elle elle-même ? On demande ainsi comment cette partie se perçoit et ainsi à l'infini. »[17] Autrement dit, l'esprit ne peut à la fois être observé et observant ; et il ne peut non plus se diviser en parties sous peine de voir le problème repoussé à l'infini : il y aura toujours une partie observante qui ne sera pas elle-même connue.

Ce paradoxe a conduit certains philosophes modernes à nier que la connaissance de soi fût possible comme Auguste Comte , par exemple. Ses arguments sont directement liés à la difficulté précédente. Ainsi, Comte écrit : « Il est sensible, en effet, que, par une nécessité invincible, l'esprit humain peut observer directement les phénomènes, excepté les siens propres. Car, par qui serait faite l'observation ? »[18] Si j'observe le monde, c'est en tant que sujet face à des objets ; mais si je veux m'observer moi-même, il faut que je sois

sujet et objet à la fois ce qui semble contradictoire. L'unique solution serait que l'esprit se coupe en deux, mais Comte rejette explicitement cette hypothèse car « l'individu pensant ne saurait se partager en deux dont l'un raisonnerait tandis que l'autre se regarderait raisonner. L'organe observé et l'organe observateur étant, dans ce cas, identiques, comment l'observation pourrait-elle avoir lieu ? Cette prétendue méthode psychologique est donc radicalement nulle dans son principe. »[19] La pensée étant l'instrument de connaissance, elle ne peut se connaître elle-même de même qu'un couteau ne peut se couper lui-même. D'autre part si le sujet réussissait à se diviser en deux pour se connaître lui-même, il ne connaîtrait qu'une partie de lui et non sa totalité.

« L'introspection, qui signifie littéralement "observation de soi-même", est une contradiction dans les termes : un "je" ne peut se prendre comme sujet d'étude, pas plus qu'une lunette d'approche ne peut se prendre elle-même comme objet d'observation. »
Clément Rosset : *Loin de moi, étude sur l'identité*, Éd de Minuit,1999.

Dans le champ de la science de la nature, la connaissance du monde est possible car la physique échappe à la difficulté précédente ; le sujet (le chercheur) tourne son attention vers les objets du monde (le cherché, différent du chercheur) ; cette attention produit en effet un immense champ de connaissances (on retrouve cependant ce problème dans la connaissance de l'infiniment petit, où l'intervention du chercheur vient modifier ce qui est étudié).

Puisque cette connaissance de soi est si paradoxale, ne faut-il pas tout simplement y renoncer ?

Résumé :

- **Il est difficile d'être objectif sur soi-même.**

- **La connaissance de soi est problématique car le chercheur est le cherché.**

[15] Aristote , *La Grande Morale*, Livre II, Chap. XV.
[16] Platon , *Charmide, de la sagesse,* 166c, trad. Victor Cousin, Éd. Hatier. Voir l'excellent commentaire de Claude Chrétien dans ce même ouvrage p. 23. Lire également l'analyse que fait Marie-France Hazebroucq de ce passage dans *La connaissance de soi-même et ses difficultés dans l'Ennéade V,3 et le Charmide de Platon*, dans *La connaissance de soi. :*

Etudes sur le traité 49 de Plotin, sous la direction de Monique Dixsaut, Éd. Vrin. Voir aussi Serge Carfantan, *Conscience et connaissance de soi*, Éd. PUN, p. 226.
[17] Sextus Empiricus , *Adv Math*, VII, 30, cité par Emile Bréhier dans l'introduction à *l'Ennéade V* de Plotin, Paris, Éd. Les Belles Lettres.
[18] Auguste Comte ; *Cours de philosophie positive, Première leçon*, Éd. Gallimard, TEL, 1996, p. 72.
[19] Idem, p 73, cité par Gusdorf , *La découverte de soi*, p. 164.

L'impossibilité de se connaître, dont nous venons de parler, ne semblent pourtant pas beaucoup gêner les écrivains qui dans leurs mémoires, leurs journaux ou leur autobiographies, se décrivent et font leur autoportrait. Des *Confessions* de saint Augustin à celles de Rousseau , du *Journal* de Dostoïevski à celui de Kafka , des *Mémoires* de Chateaubriand à celles de de Gaulle , les exemples ne manquent certes pas qui attestent que le sujet est capable de se connaître.

Comment expliquer alors cette impossibilité théorique soulignée par les sceptiques ou Auguste Comte et cette possibilité pratique attestée par les écrivains ?

L'esprit humain, dit Auguste Comte , ne saurait à la fois calculer et se voir calculer ; il est en quelque sorte monotâche ; il ne peut faire qu'une seule chose à la fois : ou bien penser ou bien calculer ; Comte écrit : « Si vous étiez seulement occupés à faire le calcul le plus simple, que deviendrait l'observation *intérieure* ? »[20]

Pourtant, n'est-il pas évident que je peux faire une opération, par exemple compter 3+5, et *en même temps*, savoir que je suis en train de calculer ? Ne puis-je penser et *en même temps* m'apercevoir que je pense ?

Bien sûr, il peut arriver parfois que nous soyons si fortement identifiés à nos pensées qu'il nous semble alors que nous ne puissions en prendre conscience et que l'esprit tout entier ne se distingue en rien de ce flot de pensées. Pourtant un peu d'attention nous montre que les pensées sont observées par la conscience, qu'elles apparaissent devant et pour la conscience[21].

Auguste Comte oublie, me semble-t-il, une faculté essentielle de la conscience : la réflexivité. L'esprit n'est pas un objet ; ce n'est pas un organe physique ; il a la possibilité de revenir sur soi, c'est-à-dire d'être conscient de lui. La lumière qui frappe un miroir retourne à sa

source ; elle est réfléchie. De même la conscience est en quelque sorte son propre miroir ; elle est elle-même la lumière et le miroir.

« Et la vie et l'acte dans l'Intellect sont la première lumière, qui éclaire primitivement de son propre éclat, tournée vers elle-même, éclairant en même temps qu'éclairée, l'intelligible véritable, à la fois pensant et pensée, vue par elle-même sans avoir besoin d'autre chose pour voir, autosuffisante à elle-même pour voir – car ce qu'elle voit, c'est elle-même. » Plotin, *Énnéade*, V, 3, Traduction Bruni Ham, Les Éditions du Cerf.

Plotin l'avait bien compris quand il répondait aux sceptiques grecs : « L'Intellect (*noûs* en grec) se pense parce qu'il est Intellect ; il se pense tel qu'il est ; il pense ce qu'il est, par sa propre nature et en se tournant vers lui-même. (…) L'Intellect et l'acte d'intelligence ne font qu'un. Il voit tout par lui tout entier ; il ne voit pas une partie de lui-même au moyen d'une autre partie. »[22] Pour l'Intellect, le sujet (celui qui connaît), l'objet (ce qui est connu) et l'acte de connaître sont une seule et même unité, un seul acte : la conscience elle-même. C'est cette autre solution que Socrate avait proposée à Critias en lui suggérant que la connaissance de soi puisse ne pas être une science car elle est en réalité une intuition de soi au cœur même de la conscience, au-delà du sujet et de l'objet.

« Reste qu'il est de la nature de l'âme *(mens)* de se voir elle-même, et lorsqu'elle se pense, de revenir sur soi, non à la manière d'un objet étendu dans l'espace mais par une conversion immatérielle. » Saint Augustin , *La Trinité*.

Dans l'advaita vedanta indien, de même, le soi a la possibilité de prendre connaissance de lui-même ; il est sa propre lumière, comme on peut le lire dans ce traité de Shankara :

« Le disciple : Mais si la connaissance ne peut prendre le sujet connaissant lui-même pour objet, celui-ci demeurera inconnu !

Le maître : Non ! La connaissance mise en œuvre par le sujet connaissant ne porte que sur l'objet à connaître. Si elle devait porter sur le sujet connaissant, on retomberait dans la même régression à l'infini qu'auparavant. Et, dans le Soi, l'aperception, en sa qualité de lumière éternelle et immuable, est établie par elle-même, sans l'aide d'aucun autre (principe). Nous avons déjà dit qu'elle était semblable en cela à la chaleur et à la lumière du feu ou du soleil. »[23]

Le soi se connaît par lui-même sans aucun autre principe ; il est comme un soleil qui éclaire le monde et s'éclaire lui-même. La conscience est *svayamprakâsha* écrit Shankara, c'est-à-dire autolumineuse ; elle est sa propre lumière. On lit dans *l'Âtmâ-bodha*, un traité védantique attribué à Shankara : « Pour sa connaissance, il n'est au Soi nul besoin d'une autre connaissance, de par sa nature de Connaissance, de même que pour son propre éclairement il n'est à une lampe nul besoin d'une autre lampe. »

« Question : Comment se fait-il que l'*âtma-vidyâ* (la connaissance de soi) soit considérée comme ce qu'il y a de plus facile ?
Ramana Maharshi : Toute autre *vidyâ* (connaissance) requiert un connaisseur, une connaissance et l'objet à connaître. Tandis que l'*âtma-vidyâ* ne requiert aucun d'eux. C'est le Soi. Y a-t-il quoi que ce soit d'aussi évident ? C'est donc ce qu'il y a de plus facile. Tout ce que vous avez à faire, c'est chercher « Qui suis-je ? ».
Le véritable nom de l'homme est *mukti* (libération). » *L'enseignement de Ramana Maharshi*, Albin Michel.

Chez des philosophes plus tardifs de cette même tradition de l'advaita vedanta, comme Anandabhoda ou Shrîharsha, on trouve en plus l'argument suivant : si le Soi n'était pas conscient de lui, il ne pourrait rien connaître du tout. En effet, pour connaître un objet, par exemple cette feuille blanche, il faut aussi que je sache que je connais cet objet. Savoir c'est savoir qu'on sait ; savoir c'est donc être conscient de soi en train de savoir. Sinon, pour connaître un objet, il faudrait une conscience C1, qui a son tour demanderait une conscience C2, qui elle-même a son tour nécessiterait une conscience C3, et ainsi de suite à l'infini. Si le sujet – le soi – n'est pas conscient de lui-même, nous sommes conduits à une régression à l'infini qui rendra impossible toute connaissance. Le soi est donc conscient de lui-même, sans intermédiaire.

Ainsi nous comprenons maintenant que la conscience a bien la possibilité de se retourner pour braquer sa propre lumière sur elle-même ; elle est déjà parfaitement consciente d'elle-même. La conscience est non-duelle, non divisée en sujet et objet.

Résumé :

- **La conscience peut prendre conscience d'elle-même. Elle est sa propre lumière.**

-

La conscience de soi n’est pas divisée en sujet et objet.

- **La conscience de soi est non-duelle.**

[20] Comte, *Cours de philosophie positive*.
[21] Voir ici même, plus loin, le chapitre sur les pensées.
[22] Plotin, *Énnéades*, V, 3., traduction Bréhier, modifiée. Voir pour une analyse complète et détaillée de cette Énnéade,Wifried Kühn, *Quel savoir après le scepticisme, Plotin et ses prédécesseurs sur la connaissance de soi*, Éd. Vrin, 2009.
[23] Shankara, *Upadeshasahasri, Traité des mille enseignements*, traduction inédite d’Alain Porte.

comment se connaître dans l'advaita vedanta indien ?

La question « Qui suis-je ? » est également centrale dans la philosophie indienne par exemple dans l'advaita vedanta comme on vient de le voir. Les Upanishads ne cessent de diriger notre regard vers notre soi intérieur – l'atman – dans le but de nous faire réaliser qu'il est un avec Brahman, l'absolu.

Ramana Maharshi fait même de la question « Qui suis-je ? » le cœur de son enseignement. Il l'appelle en sanskrit *âtmâ-vicâra :* l'investigation du soi.

« En quoi consiste cette pratique ? demande-t-on à Ramana Maharshi .

Maharshi : En la recherche constante du "Je", la source de l'ego. Cherchez "Qui suis-je ?" ».

Cette question du « Qui suis-je ? » *Ko'ham* en sanskrit est ancienne : on la retrouve par exemple dans le *Yoga-Vasishtha*, texte indien du moyen-âge dans un dialogue entre le roi Shikhidhvadja et l'ascète Khumba[24]: « Shikhidhvadja : Quel est donc – Ô ascète – le feu capable de calciner cette graine de l'arbre de l'esprit appelée "sentiment du moi" ?

Khumba : Ce feu n'est autre – ô roi – que la connaissance de soi telle qu'elle jaillit de la question (sans cesse répétée) : "Qui suis-je ?" » [25]

« Apporte-moi un fruit de ce banyan !
— Le voici Seigneur.
— Coupe-le !
— C'est fait, Seigneur.
— Que vois-tu à l'intérieur ?
— De toutes petites graines, Seigneur.
— Coupes-en une !
— Voilà, Seigneur.
— Que vois-tu à l'intérieur ?
— Rien du tout, Seigneur.
— Eh bien, mon cher, c'est pourtant de cette chose, minuscule au point d'en être invisible, qu'a surgit ce majestueux banyan ? Aie confiance, mon cher ! C'est de cette essence subtile que toutes

choses tirent leur identité. C'est elle le réel, le Soi. Et c'est cela que tu es (*tat tvam asi*), Shvetaketu. » *Chandogya Upanishad,* Traduction Michel Hulin[26] .

Ce Soi ne peut être saisi par les organes des sens ni par la pensée ; on lit dans la Brihadâranyaka, II, 4, 2 : « Tu ne saurais voir le voyant de la vue, entendre l'auditeur de l'audition, penser le penseur de la pensée, connaître le connaisseur de la connaissance. »

Ce qui nous empêche d'en prendre conscience, ce sont les surimpositions (*adhyasa*) que nous projetons sur le soi. Nous surajoutons en effet sur la conscience sans forme que nous sommes les attributs objectifs du corps et des pensées que nous ne sommes pas. Comme l'écrit Shankara au début de son commentaire aux *Brahmasûtras* : « Étant acquis que l'objet et le sujet, domaines de la notion du toi et du moi, opposés par nature comme les ténèbres à la lumière, ne peuvent s'interpénétrer, et que leurs propriétés peuvent s'interpénétrer bien moins encore, on doit considérer comme erroné de surimposer au sujet, conscience (*cit*), domaine de la notion du moi, l'objet, domaine de la notion du toi et les propriétés de l'objet et inversement de surimposer à l'objet le sujet et ses propriétés. Pourtant surimposer à l'un l'essence et les propriétés de l'autre, en manquant à distinguer ces deux catégories et leurs propriétés, qui sont choses absolument distinctes, accouplant ainsi le vrai et le faux ; en disant « Je suis ceci » ou « ceci est à moi », c'est là une pratique innée de la vie courante qui dérive d'une connaissance erronée. »[27]

Pour nous éveiller au Soi qui est pure conscience, nous devons donc distinguer le Soi de ce qui n'est pas lui. Telle est la méthode du *« neti, neti »* en sanskrit : « ni ceci , ni cela ». Selon la Brihadâranyaka Upanishad, en II.3.6 : « À présent voici la description (de Brahman) : "Ni ceci, ni cela". Car il n'y a pas d'autre description qui soit plus appropriée que ce "ni ceci, ni cela". À présent Son nom : "La Vérité de la vérité". La force vitale est vérité, et Il en est la Vérité. »

Et au III.9.26, on lit : « Le Soi est Ce qui a été décrit comme n'étant "ni ceci, ni cela". Imperceptible, car il n'est pas perçu ; indestructible car il n'est pas détruit ; sans attache car il n'est attaché à rien ; sans liens, pour lui ni peur ni aucune atteinte. »

En éliminant peu à peu ces surimpositions adventices, le soi – notre vraie nature – finit par se révéler. On lit ainsi dans *l'Atmabodha* : « L'Âme nous semble limitée à cause de l'ignorance. Lorsque l'ignorance disparaît, le Soi, qui n'accepte aucune multiplicité, s'auto-révèle véritablement : comme le soleil lorsque s'en vont les nuages. »

Et plus près de nous, le maître indien Nisargadatta Maharaj ne disait pas autre chose : « Il vous suffit de savoir ce que vous n'êtes pas. Vous n'avez pas besoin de savoir ce que vous êtes. Car tant que connaissance signifie description en fonction de ce qui est déjà connu, perceptions ou concepts, il ne peut y avoir connaissance de soi, car ce que vous êtes ne peut être décrit que comme une négation de tout. Tout ce que vous pouvez dire c'est "Je ne suis pas ceci, je ne suis pas cela". (…) Découvrez ce que vous n'êtes pas. Corps, pensées, sentiments, opinions, temps, espace, être ou non-être, ceci ou cela ; rien de ce que vous pouvez montrer que ce soit concret ou abstrait, n'est vous. »[28]

« Vous pouvez seulement formuler, expliquer ce que vous n'êtes pas, ce que vous êtes foncièrement ne se formule pas, s'y appliquer reviendrait à aggraver la confusion. La question du "Qui suis-je ?" n'a pas de réponse. Ce n'est pas une expérience dans une relation sujet-objet, percipient et chose perçue, mais un vécu, absolument non-duel, présent en toute circonstance. » Jean Klein , *Revue Être*.

Cette méthode de la négation des surimpositions se retrouve aussi dans la philosophie grecque. Voici ce qu'on lit chez saint Augustin :

« Que l'âme donc n'ajoute rien à la connaissance qu'elle a d'elle-même, lorsqu'elle reçoit le précepte de se connaître. » « Lorsqu'on lui (l'âme) fait un devoir de se penser, qu'elle n'aille donc pas se chercher comme si elle était soustraite à elle-même mais qu'elle s'arrache à ce qu'elle s'est ajouté. » « Que l'âme ne cherche donc pas à s'atteindre comme une absente mais qu'elle s'applique à discerner sa présence ! Qu'elle ne cherche pas à se connaître comme si elle était une inconnue pour elle-même, mais qu'elle se distingue de ce qu'elle sait n'être pas elle. » « Qu'elle (l'âme) rejette ce qu'elle se figure, qu'elle voie ce qu'elle sait ». Saint Augustin , *La Trinité* [29].

Ne trouve-on pas dans ces textes une grande proximité ? Pour nous connaître, nous devons enlever de notre être tout ce que l'ignorance

lui a surajouté.

« Retourne en toi-même et vois. Si tu ne vois pas encore ta propre beauté, fais comme le fabriquant qui doit rendre une statue belle : il enlève ceci, efface cela, polit et nettoie, jusqu'à ce qu'une belle apparence se dégage de la statue ; de même pour toi, enlève le superflu (…) Ne cesse de sculpter ta propre statue. » « Mais comment y arriver ? Retranche toutes choses (*aphele panta*). » Plotin , *Ennéades* [30]

Résumé :

- **Dans l'advaita indien, la connaissance de soi est essentielle.**
- **Le soi, ce que nous sommes, est masqué par des surimpositions dues à l'ignorance.**
- **C'est en ôtant les voiles que le soi s'automanifeste. Cette méthode consiste à comprendre que je ne suis ni ceci, ni cela.**
- **Cette méthode se retrouve aussi en Occident dans l'Antiquité.**

[24] Khumba est en fait la reine Chudala, la femme du roi qui s'est transformée en ascète pour instruire son mari, un peu lent à s'éveiller…
[25] *Yoga-Vasishtha*, traduction du sanskrit inédite d'Alain Porte.
[26] Michel Hulin, *Comment la philosophie indienne s'est-elle développée ?* Éd. Panama, 2008.
[27] *Prolégomènes au vedanta*, traduction Louis Renou, Éditions Almora.
[28] Nisargadatta Maharaj, *Je Suis,* Éd. Les Deux Océans, p. 14 et p. 41.
[29] Voir mon livre *Eveil et philosophie,* Éditions Accarias-Originel, pour des analyses complémentaires de ces questions.
[30] Plotin, Traité 1 (I, 6, 9), trad. Jérôme Laurent, Éd.GF, 2002.

« qui suis-je ? » ou « que suis-je ? »

Distinguons immédiatement la question « Qui suis-je ? » et la question « Qu'est-ce que l'homme ? ». La première est une question que je me pose moi-même à moi-même en tant que première personne ; elle est très différente de la question abstraite posée sur l'Homme en général, qui consiste à chercher l'essence universelle de l'homme en le prenant comme objet d'étude.

Dans *La Logique*, Kant ramène les interrogations de la philosophie aux quatre suivantes :

« 1-Que puis-je savoir ?

2-Que dois-je faire ?

3-Que m'est-il permis d'espérer ?

4-Qu'est-ce que l'homme ?

À la première question répond la métaphysique, à la seconde la morale, à la troisième la religion, à la quatrième l'anthropologie. Mais au fond, on pourrait tout ramener à l'anthropologie, puisque les trois premières questions se rapportent à la dernière. »[31]

Il est intéressant de noter que les trois premières questions sont posées à la première personne ou concernent directement la première personne du singulier « je », tandis que la dernière est posée à la troisième personne du singulier « il ». Or, « Qu'est-ce qu'un homme ? » est une question qui n'a pas le même sens que « Qui suis-je ? » ou « Qu'est-ce que je suis ? ». En effet, poser la question « Qu'est-ce qu'un homme ? » conduit à objectiver l'homme et à l'observer de l'extérieur comme une chose. Or, je suis un sujet, non un objet ; il me semble donc que son approche objective conduit Kant à manquer le véritable sens de la connaissance de soi.

L'oracle de Delphes demande « Connais-toi toi-même » et non « Connais l'homme » ; cette injonction nous renvoie à nous-mêmes, et

exige que nous nous posions la question en tant que sujet, en tant que *première personne*. La question « Qu'est-ce que l'homme ? » n'est pas différente de la question « Qu'est-ce que la plante ? » ou « Qu'est-ce que la matière ? », pourtant l'homme n'est pas du tout un objet comme un autre ; l'homme est conscient de lui ; c'est une subjectivité. Mais dès lors qu'on pose la question « Qu'est-ce que l'homme ? », cette conscience nous échappe. Bergson fait remarquer que de l'extérieur, on ne peut même pas être sûr que quelqu'un est conscient : « Pour savoir de science certaine qu'un être est conscient, il faudrait pénétrer en lui, coïncider avec lui, être lui. Je vous défie de prouver, par expérience ou par raisonnement, que moi, qui vous parle en ce moment, je sois un être conscient. »[32]

C'est pourquoi les sciences, qu'elles soient « dures » (biologie, physique…) ou « humaines » (psychologie, sociologie, ethnologie, histoire…), si elles peuvent donner des informations intéressantes sur l'homme, échouent pourtant à faire connaître son *essence subjective* puisqu'elles le prennent comme *objet*. La connaissance de soi impose une recherche différente de toutes les autres quêtes, car comme on l'a vu *c'est la seule question où ce qui est cherché est un être conscient de lui-même.*

Le philosophe anglais Douglas Harding a montré[33] les différences entre la science de *la première personne*, dans laquelle le sujet s'observe directement lui-même, et la science de *la troisième personne* qui étudie de l'extérieur des phénomènes observables et objectivés. La connaissance de soi, montre Harding, ne peut s'atteindre qu'à *la première personne*, et non en tant que *troisième personne*, puisque c'est moi-même que je cherche et non l'Homme abstrait. Harding écrit : « Cette science (la science de la première personne) exige que le praticien fasse exactement ce que la science-3 (la science de la troisième personne) interdit : se remettre dans le tableau et prendre sa subjectivité au sérieux. C'est un procédé si révolutionnaire, le sujet d'observation est tellement unique, les résultats sont si remarquables que l'on se trouve en présence d'une sorte de science tout à fait nouvelle. »[34]

Le chemin, en effet, pour connaître ce que nous sommes vraiment, ne peut être qu'une intériorisation, qu'une observation directe de soi,

qu'une plongée dans le cœur même de soi-même. Il s'agit pour le soi de se saisir dans sa pure intériorité, au cœur même du vécu de la présence à soi. Comme le montre fort bien le philosophe Serge Carfantan dans son remarquable ouvrage sur la connaissance de soi : « La véritable méthode de la connaissance de soi doit partir de l'immanence du vécu, de l'immanence de soi-même, pour en déployer le sens et nous inscrire au cœur de la conscience. (…) C'est dans l'immanence de l'expérience, dans l'unité de la coïncidence avec soi, que la compréhension de la conscience se manifeste. »[35]

La question que nous devons nous poser est donc : « Qu'est-ce que je suis ? » ou « Quelle est mon essence en tant que subjectivité, c'est-à-dire en tant que première personne ? ». C'est bien en cherchant en soi-même que le Soi peut être connu.

Je suis déjà ce que je suis

Il faut d'abord comprendre que ce que je cherche, je le suis ! Même si j'ignore qui je suis, je le suis pourtant malgré tout. Je dois retrouver ce que je suis déjà mais que j'ai oublié comme quelqu'un qui chercherait partout ses lunettes qu'il a sur le nez ! Le soi est cette présence même qui s'interroge et se cherche. Je suis donc le but ou plus précisément, je suis le point de départ, le chemin et le but. Le Soi est déjà ce qu'il est. Cette situation est étrange : le Soi doit chercher à atteindre quelque chose qu'il a déjà atteint avant même de le chercher. Douglas Harding le formule en disant que nous devons entreprendre un voyage vers un lieu que nous n'avons jamais quitté.

« Revenons à notre splendide et délicieux château, et voyons comment nous pouvons y pénétrer. Il semble que je dis une folie ; car ce château est l'âme elle-même, n'est-il pas clair qu'elle ne peut y entrer ? Je n'ignore pas que l'âme et le château sont une même chose, et mon langage semble aussi insensé que si je disais à quelqu'un d'entrer dans un appartement où il est déjà. » *Le château de l'âme ou le livre des demeures*, Thérèse d'Avila .[36]

Quand l'esprit rentre en lui-même, se plonge au sein de sa propre présence, alors une rencontre avec soi est possible, qui ne sera pas une connaissance de type scientifique et objective, c'est-à-dire duelle, mais qui sera une expérience non-duelle, sans sujet qui connaît et sans objet connu. C'est un toucher, une vision, une intuition de soi-même par soi-même.

Cette intuition de soi peut apparaître à tout moment : en contemplant un paysage ou une œuvre d'art, dans un moment de détente, dans l'expérience amoureuse, dans un choc physique etc. mais comme nous ne savons pas de quoi il s'agit, comme nous ne savons pas reconnaître dans cette joie et cet élargissement de l'esprit notre réelle identité, cette expérience reste éphémère ; le voile, entre nous et nous-mêmes, qui s'était un peu écarté se referme bien vite et ce toucher de l'esprit avec lui-même ne reste plus qu'un beau souvenir attaché à telle ou telle circonstance ou à l'enfance alors qu'il s'agissait en fait d'une qualité de l'esprit lui-même.

« La première perception de l'unité ou de l'éveil à soi-même se produisit vers dix-sept ans. J'attendais un train par une chaude après-midi. Le quai était désert et le paysage assoupi. Tout était silencieux. Le train avait du retard, et j'attendais sans attendre, très détendu et vide de toute pensée. Soudain un coq chanta, et ce son insolite me rendit conscient de mon silence. Ce n'était pas le silence objectif dont j'étais conscient, comme cela arrive souvent quand on se trouve dans un endroit tranquille et qu'un bruit soudain met en relief le silence environnant. Non, je fus projeté dans mon propre silence. Je me sentis dans un état de conscience au-delà des sons ou du silence. Plus tard, j'ai éprouvé ce sentiment plusieurs fois. » Jean Klein, *Transmettre la lumière*, Éd. du Relié.

Mais la philosophie ne peut se contenter de ces brefs aperçus de l'essence de l'esprit qui arrivent par grâce ; elle doit pouvoir nous reconduire à notre vraie nature ; elle doit pouvoir tracer, par la raison, un chemin vers l'essence du soi, qui nous conduise de l'illusion à la réalité, des apparences à notre être réel.

Jean-Jacques Rousseau raconte dans *Les rêveries du promeneur solitaire* un accident causé par un chien qui lui fit connaître un état extraordinaire de lui-même. Alors qu'il se promenait à Ménilmontant, un énorme chien danois le renversa. La tête de Rousseau heurta le sol ce qui lui fit perdre connaissance un instant. Revenant à lui, il fit l'expérience d'un moment de grâce : « L'état auquel je me trouvai dans cet instant est trop singulier pour n'en pas faire ici la description. La nuit s'avançait. J'aperçus le ciel, quelques étoiles, et un peu de verdure. Cette première sensation fut un moment délicieux. Je ne me sentais encore que par là. Je naissais dans cet instant à la vie, et il me semblait que je remplissais de ma légère existence tous les objets que j'apercevais. Tout entier au moment présent je ne me souvenais de rien ; je n'avais nulle notion distincte de mon individu, pas la moindre idée de ce qui venait de m'arriver ; je ne savais ni qui j'étais ni où j'étais ; je ne sentais ni mal, ni crainte, ni inquiétude. Je voyais couler

mon sang comme j'aurais vu couler un ruisseau, sans songer seulement que ce sang m'appartînt en aucune sorte. Je sentais dans tout mon être un calme ravissant auquel, chaque fois que je me le rappelle, je ne trouve rien de comparable dans toute l'activité des plaisirs connus. » Jean-Jacques Rousseau, *Rêveries d'un promeneur solitaire*.

Pour chercher le Soi, qui est la subjectivité, nous allons procéder par réfutation en reconnaissant ce que le Soi n'est pas, c'est-à-dire en éliminant tout ce qui peut être objet pour la conscience. Ce chemin va nous mener des apparences à l'essence, des images à la réalité, des objets auxquels le sujet est identifié à ce qu'il est vraiment. Nous nous sommes identifiés à des images de nous-mêmes, à des apparences que, tel Narcisse, nous aimons et cet amour nous empêche d'avoir sur nous-mêmes le regard clair qui nous permettrait de nous voir enfin. Aucune image n'est nous-mêmes. Elles ne sont que des objets à la périphérie éloignées du centre, du vrai « Je ».

Nous allons donc nous retourner vers le centre de nous-mêmes, en quittant toutes les images dans lesquelles le moi s'est enroulé, englué, perdu pour retrouver notre vraie nature, en la distinguant de ces multiples apparences.

« Quand on pèle un oignon continuellement, toute la peau s'en va et rien ne reste. De même, lorsqu'on analyse l'ego, on ne trouve aucune entité » : écrit le sage bengali Ramakrishna.

Nous allons en quelque sorte peler l'oignon de notre moi pour chercher ce qui se tient au centre sous les différentes couches.

« C'était comme si je n'avais jamais réalisé auparavant à quel point le monde est beau. J'étais couché sur le dos dans la mousse tiède et sèche et j'écoutais le chant des alouettes montant vers le ciel clair, depuis les champs proches de la mer. Jamais musique ne me procura le même plaisir que ce chant passionnément joyeux. Il était comme un ravissement bondissant et exultant… un son brillant, pareil à une flamme. C'est alors qu'une étrange expérience fondit sur moi. On eût dit que tout ce qui m'entourait s'était soudain retrouvé à l'intérieur de moi-même. L'univers entier paraissait résider en moi. C'était en moi que les arbres balançaient leur verte ramure, en moi que l'alouette chantait, en moi que brillait le chaud soleil et que s'étendait l'ombre

fraîche. Un nuage monta dans le ciel et une légère averse vint crépiter sur le feuillage. Je sentais sa fraîcheur s'épancher dans mon âme et je percevais dans tout mon être l'odeur délicieuse de l'herbe, des plantes, de la riche terre brune. J'aurais pu sangloter de joie. » Forrest Reid , *Following Darkness*, 1912[37].

Résumé :

- **La connaissance de soi est une étude en première personne.**
- **La connaissance de soi est une autorévélation de soi.**
- **La connaissance se donne dans une intuition non-duelle.**
- **Pour connaître ce que nous sommes, il faut se séparer de ce que nous ne sommes pas.**

[31] Kant , *Logique*, Éd. Vrin, 1989, p. 25.
[32] Bergson , *L'Énergie spirituelle*, p. 6, PUF.
[33] Douglas Harding , *La Science de la première personne,* Éd. Dervy, 1998, p. 10.
[34] Harding , opus cité, p. 10.
[35] Carfantan Serge, *Conscience et Connaissance de soi*, Presses universitaires de Nancy, 1992, p. 135 et 173.
[36] *Œuvres complètes*, trad. G.de saint Joseph, Le Seuil, Paris, 1949, p. 817-818, texte cité par Emmanuel Bermon dans *Le cogito dans la pensée de saint Augustin*, Éd. Vrin, 2002.
[37] Cité par Michel Hulin, *La mystique sauvage*, PUF.

suffit-il de lire sa carte d'identité pour se connaître ?

Nous possédons tous une carte d'identité ou un passeport censé renseigner notre identité. N'avons-nous pas là un moyen simple et rapide de savoir qui nous sommes ?

La carte d'identité, comme son nom l'indique, prétend donner mon identité sociale. Sur cette carte, on trouve : un nom, un prénom, une nationalité, une date de naissance, une mesure de la taille du corps, et une photographie. On peut classer ces informations en deux : celles qui concernent le moi social (nom, prénom, nationalité) et celles qui concernent le moi physique (date de naissance[38], la mesure du corps, la photographie). Nous appellerons la première classe le nom et la seconde la forme. Intéressons nous d'abord au premier groupe de renseignements.

Le personnage et le masque

Les renseignements de cette carte désignent un personnage social. Celui-ci me distingue des autres et me donne une place au sein de la société. Bien sûr ce personnage social ne se limite pas à un nom et à une nationalité ; s'y ajoutent de nombreuses autres caractéristiques comme, par exemple, le statut d'homme marié, le fait d'être père ou mère, la profession, l'appartenance à différents clubs, etc. Le moi social constitue donc un personnage qui peut être avocat ou ouvrier, français ou américain, père de famille ou divorcé… C'est bien ainsi qu'autrui nous appréhende souvent et c'est ainsi que nous nous reconnaissons.

Le personnage représente ma personne en tant qu'elle apparaît dans la Cité sous le regard des autres ; il correspond aux différentes fonctions socialement reconnues et normées que je suis amené à occuper et auxquelles je peux m'identifier plus ou moins comme à un rôle. L'étymologie du mot « personnage » appartient d'ailleurs au vocabulaire du théâtre et de la comédie. Dans la Grèce antique, la personne se dit *prosôpon* comme le rappelle Michel Fromaget : « Il (ce mot) signifie étymologiquement : ce qui est devant, l'aspect, la face, le

visage. Il servait à désigner trois choses : tout d'abord, les masques arborés lors des cérémonies religieuses et rituelles – lors des fêtes dionysiaques notamment –, puis les masques portés par les acteurs du théâtre antique et enfin, plus généralement, les individus. Ce dernier sens est le plus tardif, la signification de *prosôpon* ayant progressivement glissé au fil du temps.

(…) Regardons maintenant du coté de Rome. Chez les Latins le mot *persona* connaît une évolution semblable à celle du mot *prosôpon*. Il signifie tout d'abord le masque, le masque rituel ou tragique. Très tôt les Romains comprirent *persona* comme apparenté au verbe *personare* qui vient de *per-sonare* signifiant "résonner à travers". Puis, progressivement, comme pour *prosôpon*, le sens de *persona* passa de masque à rôle, puis à personnage et enfin à individu. »[39]

Personne, personnage et personnalité renvoient à cette étymologie théâtrale, pourtant c'est surtout au mot « personnage » qu'elle s'applique. En effet, nous utilisons le personnage social un peu comme un masque, en oubliant toutefois qu'il ne s'agit que d'un masque, nous *devenons* ce masque en nous identifiant à ses caractéristiques sociales. Rousseau le formule remarquablement : « L'homme du monde est tout entier dans son masque. N'étant presque jamais en lui-même, il y est toujours étranger, et mal à son aise quand il est forcé d'y rentrer. Ce qu'il est n'est rien, ce qu'il paraît est tout pour lui. »[40] Mais Rousseau a tort de penser que seul l'homme du monde, c'est-à-dire l'homme de cour, se réduit à son apparence ; tous les hommes s'identifient plus ou moins à un personnage. Nous ne savons pas ce que nous sommes hors le paraître social. Ainsi Pascal écrit : « Nous ne nous contentons pas de la vie que nous avons en nous et en notre propre être : nous voulons vivre dans l'idée des autres d'une vie imaginaire et nous nous efforçons pour cela de paraître. Nous travaillons incessamment à embellir et conserver notre être imaginaire et négligeons le véritable. »[41]

Nous vivons à travers différents masques sociaux qui sont autant d'identités d'emprunt sans lesquelles nous ne savons plus ce que nous sommes. « Le personnage, écrit Gusdorf , n'est pas l'individu que nous sommes, mais celui que nous voulons persuader aux autres que nous sommes, – ou encore, celui que les autres veulent nous persuader que nous sommes. Le plus souvent, ces deux dernières définitions se confondent, pour nous constituer une certaine façade sociale, une certaine détermination et configuration de nous-mêmes

dans le commerce avec autrui ».[42]

L'identification au masque social est une sortie de soi-même qui nous décentre dans un monde objectif et impersonnel ; nous passons de la première personne à la troisième, en nous imaginant à travers les yeux des autres, vu de l'extérieur.

Douglas Harding a constamment dénoncé la confusion que nous faisons entre ce que nous sommes pour nous-mêmes en tant que première personne et ce que nous paraissons pour les autres à quelques mètres de distance – la troisième personne. Il écrit : « Quand nous entrons dans le club humain, nous acceptons de supprimer la distinction entre la Première Personne et la troisième. Nous nous transformons en troisième personne pour faire partie du club, et nous disons : je suis ce que je parais être, la Première personne n'est pas différente de la troisième. Mais, évidemment, le fait est que la Première Personne est le contraire même de la troisième personne. Si vous vous regardez dans le miroir, vous voyez le contraire de ce que vous êtes. C'est une façon très frappante de l'exprimer. Et Qui est la première personne ? Il n'y en a qu'Une seule. C'est la Première Personne du Singulier du Présent. Selon Kierkegaard , nous sommes tous nés Première Personne, mais très rapidement nous avons été taillés, émoussés en troisièmes personnes.» [43]

Nous nous voyons à travers le regard des autres et pensons que nous sommes réellement ce que nous paraissons être. Nous nous identifions à nos masques sociaux oubliant notre être authentique. Le personnage est une façade, une construction, un masque[44] que nous plaçons devant nous tout autant pour nous cacher que pour nous déterminer à l'égard des autres.

Nous ne sommes pas le personnage social

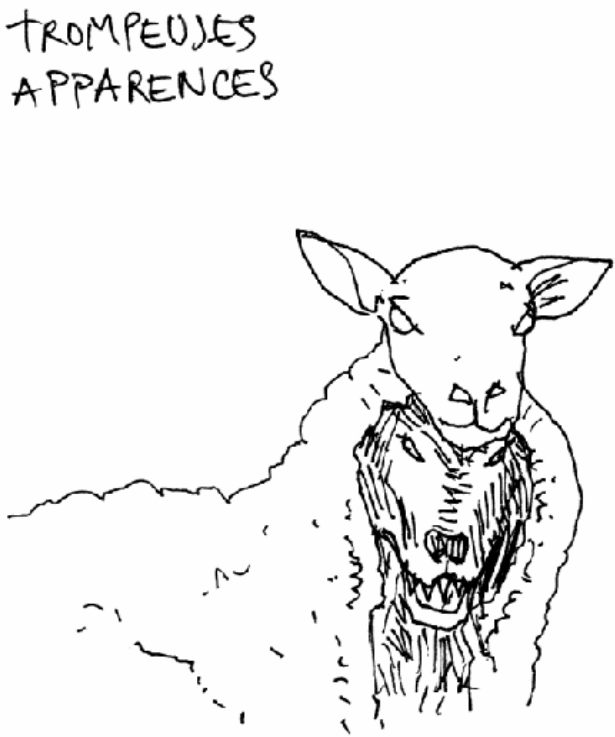
Ce masque est d'abord composé d'un nom, mais qui ne définit pourtant pas ce que nous sommes. En effet, il est bien évident que le nom ne caractérise pas notre essence car même si nous changeons de nom, nous restons nous-mêmes. Bien sûr, certains peuvent parfois s'identifier à leur nom de famille, surtout s'il est célèbre, et dire par

exemple : « Moi, je suis un La Rochefoucauld » ; mais il s'agit là d'une identification choisie (plus ou moins consciemment) de la part de l'individu avec une histoire, une famille, des biens, une terre. Cette identification est certes possible ; cependant elle ne détermine pas ce que je suis, mais bien mes croyances concernant ce que je suis.

De même, le métier ne caractérise pas davantage mon essence. En changeant de profession, je reste moi-même ; je ne suis pas professeur mais j'exerce à certains moments le métier de professeur. Mais il est vrai que la profession constitue un point de fixation puissant de notre identité à un personnage : nous croyons être boulanger, professeur, notaire ; pourtant il ne s'agit là que de fonctions.

« La plupart de nos vacations sont farcesques. "Mundus universus exercet histrioniam" ("Le monde entier joue la comédie"[45]). Il faut jouer duement notre rôle, mais comme rôle d'un personnage emprunté. Du masque et de l'apparence il n'en faut pas faire une essence réelle, ni de l'étranger le propre. Nous ne savons pas distinguer la peau de la chemise. C'est assez de s'enfariner le visage, sans s'enfariner la poitrine. J'en vois qui se transforment et se transsubstantient en autant de nouvelles figures et de nouveaux êtres qu'ils entreprennent de charges, et qui se prélatent jusques au foie et aux intestins, et entrainent leur office jusques en leur garde robe. (…)Ils enflent et grossissent leur âme et leur discours naturel à la hauteur de leur siège magistral. Le maire et Montaigne ont toujours été deux, d'une séparation bien claire. » Montaigne, *Les Essais*, Éd. Pierre Michel, Gallimard-Folio, 1965, p 290.[46]

Est-il nécessaire de dire que des remarques identiques sont valables en ce qui concerne la nationalité ? La nationalité est aussi de l'ordre de l'avoir, non de l'être. Je ne suis pas français mais j'ai la nationalité française.



Il en va de même pour tous les rôles que la vie familiale m'amène à devoir jouer dans le cadre du mariage ou de la paternité qui, s'ils sont importants, ne sauraient me définir. Bien entendu, la vie de famille pèse beaucoup dans la constitution de notre être social. Si la vie familiale nous offre peut-être nos plus beaux rôles, nos plus beaux personnages (être père ou mère, être époux ou épouse), ces rôles ne déterminent cependant pas notre essence ; ils constituent tout au plus des devoirs et des privilèges (éduquer les enfants, en prendre soin…

etc.) que nous avons en tant que parents, non ce que nous sommes vraiment.

Ces réflexions sont valides pour l'ensemble des rôles sociaux que je dois savoir tenir : ils sont de l'ordre de l'avoir, non de l'être. La connaissance de soi ne peut consister dans la connaissance des divers personnages dans lesquels nous nous impliquons et auxquels nous nous identifions ; les prendre pour le Soi, c'est être dupe d'un trompe-l'œil.

Malheureusement, nous oublions qu'il ne s'agit là que d'apparences, de caractéristiques appartenant au personnage, et nous croyons être ce que nous ne sommes pas. Ainsi lorsque nous nous identifions à toutes ces caractéristiques sociales, ce qui n'est qu'un rôle et un masque devient notre réalité et nous devenons alors, par exemple, un avocat français de quarante sept ans, père de trois enfants. S'identifier au masque social du personnage est donc une erreur qui m'aliène dans une extériorité imaginaire.

Arnaud Desjardins exprime fort bien cette illusion de se prendre pour ses rôles, qui est aussi stupide que si un acteur s'identifiait à son rôle de théâtre ; il écrit : « L'ego, état de conscience dans lequel vit la quasi-totalité de l'humanité, est en fait aussi anormal que si un acteur se prenait vraiment pour le personnage qu'il joue. Entre le Témoin qui n'est ni homme, ni femme, ni gai, ni triste, ni glorieux, ni rejeté par la société, ni libre, ni emprisonné qui n'est rien – entre le Pure Conscience qui n'est rien et les chaînes de causes et d'effets du monde phénoménal (…) intervient une étrange et pathologique confusion : l'ego. C'est ce qui permet de dire qu'en vérité, l'ego n'existe pas, qu'il n'a aucune réalité, que c'est simplement une illusion, aussi anormale que si l'acteur se prenait pour le rôle qu'il joue. »[47]

Épictète avait déjà bien montré ce danger : « Souviens-toi que tu es un acteur d'un drame que l'auteur veut tel : court s'il le veut court, long s'il le veut long ; si c'est un rôle de mendiant qu'il veut pour toi, même celui là joue le avec talent ; de même si c'est un rôle de boiteux, de magistrat de simple particulier. Car ton affaire c'est de jouer correctement le personnage qui t'a été confié. »[48]

Nous devons certes jouer notre personnage, mais sans nous identifier à lui car nous ne sommes pas ce masque ; nous ne sommes pas mendiant ou magistrat mais nous jouons à l'être. Épictète nous met en garde : « Il y aura peut-être un temps où les acteurs tragiques croiront que leurs masques, leurs chaussures, leurs robes ce sont eux-mêmes. Homme tu n'as ici que matière à ton action et rôle à remplir. »[49] Épictète affirme de plus que les rôles sont distribués par le destin, ce qui peut se comprendre simplement en remarquant que beaucoup de ces caractéristiques me sont imposées en effet par la naissance, la famille, la société, l'époque, la culture c'est-à-dire par l'extérieur et les autres sans que nous les ayons vraiment choisies.

Ce que nous sommes vraiment se tient donc « derrière » le masque social. Le précepte de Delphes n'est certes pas semblable à l'injonction d'un policier ou d'un douanier qui me demande de présenter mes papiers d'identité pour un contrôle ! Il s'agit en fait de chercher ma *véritable* identité au delà des apparences, et en particulier au-delà de ces caractéristiques sociales.

Bien sûr, je ne nie pas l'importance de ces caractéristiques ; je sais bien qu'un homme qui est français et riche vit très différemment d'un habitant miséreux d'Haïti ; ces apparences conditionnent notre existence dans une large mesure, mais elles ne sont pas ce que nous sommes, elles ne déterminent pas notre essence. L'homme ne se limite pas à ces données extérieures et sociales.

Il semble pourtant que certaines idéologies comme le marxisme aient prétendu le contraire. Pour Marx , les conditions matérielles des hommes conditionnent ce qu'ils sont. Je suis bourgeois ou prolétaire, patron ou ouvrier, seigneur ou serf, et je ne suis que cela. L'essence des hommes est un produit de leur vie, elle-même produit de l'histoire. Marx écrit : « Ce n'est pas la conscience qui détermine la vie, mais la vie qui détermine la conscience. Dans la première façon de considérer les choses, on part de la conscience comme étant l'individu vivant, dans la seconde façon, qui correspond à la vie réelle, on part des individus réels et vivants eux-mêmes et l'on considère la conscience uniquement comme leur conscience. »[50] La vie concrète et en particulier les conditions matérielles de la production de cette vie ainsi que la place de l'individu au sein de la société constituent le principe

de la conscience. « L'essence de l'homme, écrit Marx, n'est pas une abstraction inhérente à l'individu. Dans sa réalité, elle est l'ensemble des rapports sociaux. »[51]

Cette thèse marxiste me parait fausse, et elle a de plus des conséquences dommageables, car elle conduit à emprisonner l'homme dans ce qui n'est qu'un ensemble changeant et accidentel d'apparences. Les caractéristiques sociales sont de l'ordre de l'avoir, non de l'être, même si elles influent sur nos pensées, nos émotions et nos conduites. Si les contenus de conscience sont certainement déterminés en partie par des facteurs historiques et économiques, la conscience transcende ces conditionnements qu'on aurait tort de confondre avec cela. Bref, Marx réduit l'homme à ce qui est le moins essentiel dans sa vie : un simple masque.

Nous pouvons nous appuyer ici sur les analyses de Jean-Paul Sartre dans *l'Être et le Néant*. Sartre a parfaitement décrit, dans des pages bien connues, le processus fallacieux qui pousse l'homme à s'identifier à ce qu'il n'est pas, processus qu'il illustre par la fameuse danse du garçon de café[52] : « Considérons ce garçon de café. Il a le geste vif et appuyé, un peu trop précis, un peu trop rapide, il vient vers les consommateurs d'un pas un peu trop vif, il s'incline avec un peu trop d'empressement, sa voix, ses yeux expriment un intérêt un peu trop plein de sollicitude pour la commande du client, enfin le voilà qui revient, en essayant d'imiter dans sa démarche la rigueur inflexible d'on ne sait quel automate, tout en portant son plateau avec une sorte de témérité de funambule, en le mettant dans un équilibre perpétuellement instable et perpétuellement rompu, qu'il rétablit perpétuellement d'un mouvement léger du bras et de la main. Toute sa conduite nous semble un jeu. Il s'applique à enchaîner ses mouvements comme s'ils étaient des mécanismes se commandant les uns les autres, sa mimique et sa voix même semblent des mécanismes ; il se donne la prestesse et la rapidité impitoyable des choses. Il joue, il s'amuse. Mais à quoi donc joue-t-il ? Il ne faut pas longtemps pour s'en rendre compte : il joue à être garçon de café. »

Cet homme joue à être garçon de café en oubliant qu'il joue et en croyant être vraiment ce garçon et uniquement cela. Il voudrait, dit Sartre , être garçon de café comme cet encrier est encrier, c'est-à-dire

sur le mode d'être des choses. L'encrier est encrier parce que c'est un objet qui ne peut être que cela qu'il est ; c'est ce que Sartre appelle un *en-soi*. Le garçon de café ne peut, lui, du dedans exister sur le mode d'être d'un en-soi car il n'est pas une chose. En prétendant n'être que garçon de café, il est de mauvaise foi car il n'est pas cela. Il oublie qu'en réalité il choisit tous les jours de venir au travail et qu'il choisit même à chaque instant d'y rester. Il pourrait tout aussi bien ne pas se lever un matin et préférer aller pointer au chômage. Il dépend de lui d'être ce qu'il prétend être sans en avoir le choix, comme si son être lui était donné de l'extérieur par le monde ou les autres. Il n'est pas un en-soi, il est un *pour-soi* dit Sartre, c'est-à-dire un être conscient de lui, réflexif. « Et c'est précisément ce sujet (le garçon de café) que j'ai à être et que je ne suis point. Ce n'est pas que je ne veuille pas l'être ni qu'il soit un autre. Mais plutôt il n'y a pas de commune mesure entre son être et le mien. Il est une "représentation" pour les autres et pour moi-même, cela signifie que je ne puis l'être qu'en représentation. Mais précisément si je me le représente, je ne le suis point, j'en suis séparé, comme l'objet du sujet, séparé par rien, mais ce rien m'isole de lui, je ne puis l'être, je ne puis que jouer à l'être, c'est-à-dire m'imaginer que je le suis. Et par la même, je l'affecte de néant. J'ai beau accomplir les fonctions de garçon de café, je ne puis l'être que sur le mode neutralisé, comme l'acteur est Hamlet. »[53]

Puisque je peux penser ce rôle (le garçon de café), je m'en détache ; je prends sur lui un recul qui prouve que par là même je le dépasse, je le transcende ; je ne suis pas cet être auquel je prétends me limiter et auquel les autres prétendent me réduire. Sartre utilise avec raison ici le registre de la représentation et du théâtre (nous retrouvons ici l'étymologie latine du mot *personne*), mais les individus ne vivent pas leur profession comme un rôle au théâtre sur un mode neutralisé, au contraire ils le vivent de manière intéressée et passionnée parce que précisément ils ont oublié que ce n'était qu'un rôle. Un acteur qui se prendrait encore pour Hamlet en sortant de scène serait délirant, c'est pourtant ce que nous faisons quotidiennement en prétendant être le rôle que nous sommes amenés à jouer.

Sartre montre que c'est l'angoisse de n'être rien qui nous conduit à nous identifier si volontiers à ces fonctions sociales. Mieux vaut être quelque chose que n'être rien ! Si je n'ai pas d'être, je suis condamné à me choisir toujours, condamné à être libre et responsable de mes actes. Je suis, dit Sartre, créateur de mon existence et responsable de

ses réussites comme de ses échecs.

Mais qu'y a-t-il derrière ce masque social ? Que trouve-t-on quand on enlève la première et la plus superficielle couche de l'oignon ?

Ici nous devons nous séparer de Sartre , car pour lui la connaissance de soi, qui signifierait la coïncidence de soi avec soi, est impossible. Il n'y a pour Sartre aucune essence humaine, aucune nature mais simplement une existence qui doit se choisir dans l'angoisse et le délaissement. Je suis ce que je ne suis pas et je ne suis pas ce que je suis. La conscience ne peut pas se retourner dans sa pure immanence et saisir sa nature car précisément elle n'a pas de nature. Quiconque prétendrait connaître l'être de la conscience en ferait un en-soi (un objet) et serait immédiatement de mauvaise foi lui aussi puisqu'il prétendrait s'identifier avec la conscience en tant que transcendance. Il y a donc si l'on veut deux types de mauvaise foi possibles. Dans un premier cas, je prétends comme le garçon de café être ma facticité, c'est-à-dire je prétends me réduire aux limites sociales de mes conditions d'existence actuelles ; je me vis comme entièrement conditionné par un ensemble de déterminations extrinsèques ; dans l'autre cas, je prétends m'identifier à ce qui me permet de prendre du recul par rapport à ces déterminations, mais ainsi j'objective la conscience, je fais du pour-soi qu'elle est, un en-soi qu'elle n'est pas, et qu'elle ne pourra jamais être. La conscience s'échappe toujours à elle-même, et l'être de l'homme consiste précisément dans cet impossible accord de lui avec lui, condition essentielle pour Sartre de la liberté même de l'homme.

Et ainsi, la philosophie sartrienne, qui, d'un certain coté, est un formidable appel à une libération de l'esprit de sérieux, en nous délivrant de notre assimilation à nos masques sociaux, est, d'un autre coté, une philosophie du pessimisme et de l'échec puisqu'elle prive l'homme de toute stabilité, de toute paix, de toute véritable liberté en lui ôtant la possibilité de coïncider avec soi.

Or, si Sartre a raison de distinguer ce que nous sommes de nos masques sociaux, il a tort, à mon avis, de penser la connaissance de soi impossible. Il lui a manqué d'expérimenter l'intuition intellectuelle qui établit avec certitude que cette connaissance est possible (même

si en effet la conscience ne sera pas connue comme on connaît un objet).

Je voudrais terminer ce chapitre en évoquant la thèse paradoxale – et donc intéressante – de Clément Rosset qui apparaît dans l'ouvrage déjà cité (*Loin de moi, essai sur l'identité*).

Pour Rosset, il est parfaitement vain de chercher une illusoire identité personnelle au-delà de l'identité sociale. Il écrit : « Les renseignements que l'individu humain possède sur lui-même par l'intermédiaire de son identité sociale suffisent amplement à la conduite de sa vie personnelle, tant publique que privée. Je n'ai pas besoin d'en appeler à un sentiment d'identité personnelle pour penser et agir de manière particulière et personnelle, toutes choses qui, si je puis dire s'accomplissent d'elle-même. »[54] Toute notre identité tient donc dans ce personnage social, qui, comme d'ailleurs un personnage romanesque, « ne constitue pas l'unité d'une identité personnelle mais l'agrégat aléatoire de qualités qui lui sont reconnues ou pas au hasard de l'humeur de son entourage. »[55] Ainsi l'entreprise développée plus haut visant à nous dégager du moi social serait vaine car il n'y a rien au-delà de ces masques divers.

Il existe deux façons de comprendre cette thèse, l'une à mon avis désespérante et fausse, l'autre joyeuse et juste. Si cette perspective nous condamne à rester prisonnier de nos masques, du jugement d'autrui, et à vivre aussi disloqué que ces identités multiples, provisoires et publiques, je ne vois rien de pire pour ma part. Notre vie ressemblerait alors à une aliénation constante sans repos et sans liberté.

Si en revanche, cette personnalité sociale est comprise et vécue consciemment comme un jeu de masques posés sur le vide, et que cette compréhension s'accompagne d'un éveil à la vraie subjectivité, alors – et c'est le but de mon livre – je pense qu'on n'est pas loin d'avoir trouvé ce que j'appelle la connaissance de soi.

Maintenant que nous avons compris que nous ne sommes pas ces masques, nous comprenons que nous sommes libres de ces personnages sociaux qui ne représentent rien d'autre que des rôles à jouer sur la scène de la vie. Il ne s'agit pas de nier ces rôles mais de les jouer avec grâce et bonheur, comme un danseur.

« 1. Stable en l'état de plénitude qui brille quand tu as renoncé aux désirs, et paisible en l'état de qui, vivant, est libre, agis en te jouant dans le monde !
2. Intérieurement libre de tout désir, sans passion ni attachement, mais extérieurement actif en toutes directions, agis en te jouant dans le monde !
3. De noble conduite et plein de bienveillante tendresse, te conformant à l'extérieur aux conventions, mais à l'intérieur libéré d'elles, agis en te jouant dans le monde !
4. Percevant l'évanescence de toutes les étapes et expériences de la vie, demeure résolument en l'état transcendant sublime, et agis en te jouant dans le monde !
5. Sans nul attachement au fond de toi, mais agissant en apparence comme qui est attaché, point brûlé au-dedans, mais en dehors plein d'ardeur, agis en te jouant dans le monde !
6. Extérieurement zélé en l'action, mais libre en ton cœur de tout zèle, actif à l'extérieur, mais à l'intérieur paisible, travaille en te jouant dans le monde !
7. Sachant l'essence de tout être, joue dans le monde comme tu veux !
8. Libre de tout égoïsme, la pensée en repos, lumineux au firmament de l'esprit, à jamais sans souillure, agis en te jouant dans le monde !
9. Libéré des passions multiples, égal parmi les pensées qui passent et extérieurement adonné aux travaux qui sont dans ta nature, marche à travers la vie ! » Extrait du *Yoga-Vasishta*, texte indien du moyen âge.[56]

Résumé :

- **Nous nous identifions souvent aux caractéristiques sociales de notre personnage : nom, métier, statut familial, nationalité etc.**
- **La personnalité sociale est un masque.**
- **Ce que nous sommes vraiment se tient au-delà de la personnalité sociale.**

- **Il ne s’agit pas de nier ces masques mais d’en être libre.**

[38] La naissance est une caractéristique physique puisqu’elle est un événement survenant au corps, mais la *date* de naissance doit aussi beaucoup à la société, car les repères temporels sont des constructions sociales.
[39] Michel Fromaget, *Dix essais sur la conception anthropologique « Corps, âme, esprit »*, Éd L’Harmattan, 2000, p. 41, 42.
[40] Rousseau , *Emile*, Éd. G.F., 1966, p. 298.
[41] Pascal , *Pensées et Opuscules*, L. Brunschvicg, Petite édition Hachette, N°141, p. 400. cité par Gusdorf dans *La découverte de soi*, p. 237, Éd. P.U.F., 1948.
[42] Gusdorf , opus cité, p. 215.
[43] Douglas Harding, *L’Immensité intérieure*, Éd. Accarias-Originel, p. 207.
[44] Voir également les justes réflexions de Carfantan sur le masque du personnage, opus cité, p. 65-66.
[45] Citation de Pétrone que Montaigne a trouvée dans le traité de *La Constance* de Juste Lipse.
[46] Ce texte ne doit pas être lu comme si, pour Montaigne , il y avait au-delà du masque social une véritable essence naturelle et singulière, car si le maire de Bordeaux est un masque social, « Montaigne » en est encore un autre pour lui ; il n’y a pas d’essence de l’homme pour Montaigne.
[47] Arnaud Desjardins , *À la recherche du soi, au-delà du moi*, La Table Ronde.
[48] Épictète , *Manuel*, XVII, trad. E. Bréhier, Éd. La Pléiade, p. 1116.
[49] Épictète , *Entretiens*, I, 29, 39-43, trad. E. Bréhier, Éd. La Pléiade, p. 877.
[50] Karl Marx et Friedrich Engels , *L’idéologie allemande*, trad. Cartelle et Badia, Éditions sociales, 1982, p. 51.
[51] Idem.
[52] Jean-Paul Sartre , *L’Etre et le Néant*, TEL Gallimard, 1979, p. 95.
[53] Jean-Paul Sartre , *L’Etre et le Néant,* TEL Gallimard, 1979, p. 96.
[54] C. Rosset , opus cité, p. 85.
[55] Idem.
[56] Cité par Arnaud Desjardins , dans *La recherche du Soi, au-delà du moi,* La table ronde, sans nom de traducteur.

suffit-il de se regarder dans le miroir pour se connaître ?

Passons maintenant au deuxième groupe d'informations qui figurent sur notre carte d'identité et qui sont censées nous définir. On y trouve : une taille, une date de naissance, un poids et une photographie de notre visage ; on pourrait y rajouter, comme c'est parfois le cas, une empreinte digitale ou la couleur des yeux. Ces renseignements concernant le corps sont extrêmement importants car ils signifient que ce que je suis est vraiment ce que je parais être, c'est-à-dire un corps et en particulier un visage.

La question qui nous intéresse ici est de savoir si ces caractéristiques physiologiques suffisent à définir ce que nous sommes, et si même elles sont nécessaires pour cela. Suis-je un corps ?

Mafalda, par Quino, Éditions Glénat.

Je crois être un corps et surtout un visage

Il faut remarquer en effet que sur la carte officielle d'identité, on peut voir une photographie du visage, et non du pied ou du genou. Le visage est donc considéré comme une partie privilégiée de mon corps. Ce visage, c'est vraiment moi. C'est moi pour l'agent de police ou le contrôleur des douanes qui vérifient mes papiers, mais c'est moi aussi pour les autres qui me reconnaissent à mon visage, et c'est moi, enfin, pour moi-même. Le visage concentre et représente l'essentiel de mon identité.

Dans le miroir, le matin dans la salle de bain, je regarde mon visage pour me voir. Ai-je l'air fatigué ? Suis-je bien coiffé ? Ce reflet dans le miroir m'est familier, et en l'observant, je sais que je ne vois pas seulement une partie (petite) de mon corps, mais que c'est bien moi-même que je regarde. Bien sûr, je sais que je suis aussi le reste du corps ; je suis gros ou maigre, grand ou petit, mais je m'identifie essentiellement à ce visage. Sur une photographie, il suffit que je le vois pour que je dise : « Là, c'est moi, sur la photo, au mariage d'un tel », « Tu vois là c'est moi quand j'avais vingt ans » etc. C'est pourquoi je prends tant soin de mon visage : je le lave, je le coiffe, je le maquille, je le soigne, je lui enlève des rides, je veux le rendre beau.

Les miroirs jouent par conséquent un rôle fondamental dans notre vie ; ils nous renvoient une image exacte de nous-mêmes. Ce que je vois

là-bas dans le miroir, j'affirme l'être ici au-dessus de mes épaules. De même, quand nous voyons le visage d'une personne célèbre, par exemple le visage de Catherine Deneuve, nous reconnaissons l'actrice et nous disons « Voilà Catherine Deneuve » et non pas « Voilà la tête de Catherine Deneuve ». Nous identifions la personne à son visage.

En effet, les hommes ne s'identifient pas à leur pied ou encore moins à leur intestin grêle. Nous aurions bien des difficultés à reconnaître une photographie de notre pied parmi d'autres pieds étrangers ; et si nous le reconnaissions nous ne dirions pas en le considérant « c'est moi » mais plutôt « c'est mon pied ». Que ceux qui douteraient cependant de la force et de la réalité de cette identification au visage, pensent à l'horreur que provoque toujours la vue d'un visage explosé, détruit par un accident ou une maladie. Une blessure au visage a des effets terribles sur la personnalité, sans commune mesure avec une blessure à une autre partie du corps. On peut perdre un membre, par exemple une jambe, sans en être trop affecté, mais perdre son visage est une expérience dévastatrice car cela équivaut à se perdre soi-même. Les gueules cassées de la guerre de 14-18 ont témoigné de ces douloureuses atteintes à la personne, à l'intimité du soi. Sans visage, que puis-je montrer aux autres ? Que suis-je encore ?

Mais l'identification est si puissante et si évidente qu'elle demeure inconsciente. Elle est pourtant active à chaque instant de notre vie : dès le matin avant même que nous prenions conscience de nous-même jusqu'à l'heure où nous nous endormons. Nous nous réveillons « visage » ; nous nous promenons « visage » ; nous travaillons « visage » ; nous nous couchons « visage » ; bref nous sommes « visage » et nous mourrons « visage ».

Mais l'identification ne se limite pas au visage ; nous nous vivons *aussi* comme corps. Nous nous attribuons spontanément (et inconsciemment) les caractéristiques qui appartiennent au corps : je suis blond (mes cheveux sont blonds), je suis gros (mon corps est gros), je suis bronzé (mon corps est bronzé), je suis grand (mon corps est grand), je suis beau (mon corps est beau), je suis malade (mon corps est malade), je suis vieux (mon corps est vieux), etc.

« Même un bref instant, ne pensez pas que vous êtes le corps. Ne vous donnez ni nom, ni forme.» Nisargadatta Maharaj, *Je Suis*, Éditions Les Deux Océans.

L'homme vit donc en croyant être enfermé dans un visage et dans un corps. La peau de notre corps marque la séparation entre notre monde intérieur et le monde extérieur. C'est une surface qui enclot mon être

et me permet de posséder une identité. Avoir une identité, en effet, c'est être une unité, un individu qui se vit comme tel, séparé du reste des choses et des autres ; or ce qui constitue cette identité c'est avant tout l'individualité de mon corps ; je suis UN être parce que j'ai UN corps et le corps que j'ai, devient l'être que je suis.

Mais sommes-nous un corps ? Sommes-nous un visage ?

Bien entendu la plupart d'entre nous répondrons à ces questions en affirmant n'être pas seulement un corps, mais aussi et avant tout une âme, un psychisme ; nous refuserons en théorie de nous assimiler absolument à un corps. Mais en pratique, il se trouve que, comme nous l'avons établi, nous nous vivons comme un corps ; ce qui arrive au corps nous arrive.

Cette erreur, car c'en est une, est bien compréhensible. L'identification au corps est inconsciente d'elle-même ; elle se fait sur un mode irréfléchi. L'individu ne s'est jamais posé clairement la question de son identité ; il répond, comme nous l'avons déjà dit, à une question qu'il ne s'est pas posée.

Aussi devons-nous reconsidérer cette pseudo-évidence et l'interroger sérieusement. Est-ce là ce que je suis vraiment ? Suis-je enfermé dans un visage ? Le corps est-il l'essence du moi ou n'est-il qu'une apparence ? Est-il de l'ordre de l'être ou de l'ordre de l'avoir ? *Suis-je un corps ou ai-je un corps ?*

La philosophie occidentale, et antique en particulier, sous l'influence du dualisme platonicien et de la théologie chrétienne, propose de nombreux arguments pour établir la distinction entre un principe spirituel (l'âme) et le corps, et pour démontrer que la nature de l'homme ne peut être corporelle. De même dans la philosophie indienne ou bouddhiste, on trouve de nombreux textes pointant l'erreur de se prendre pour un corps. Je me contenterai ici de présenter certains de ces arguments.

Le moi se sert du corps

Platon dans un de ses dialogues de jeunesse, *l'Alcibiade,* veut apprendre au jeune Alcibiade l'essence de l'homme. Or celui-ci s'identifie à son corps ; aussi Platon va-t-il devoir apprendre à Alcibiade comment discriminer entre le vrai moi et le corps. Le raisonnement de Platon est le suivant. L'homme se sert d'outils pour agir ; par exemple, le cordonnier utilise un couteau pour couper le cuir. Or celui qui se sert d'une chose n'est pas cette chose, le cordonnier n'est pas le couteau ! Mais Platon fait remarquer que l'homme se sert aussi du corps pour agir, pour se déplacer, pour parler, pour travailler. Ainsi le cordonnier se sert également de sa main, de son bras, de ses yeux pour fabriquer une chaussure. Or celui qui se sert de quelque chose n'est pas identique à la chose dont il se sert, donc l'homme n'est pas son corps, mais celui qui se sert du corps, que Platon identifie à l'âme dans ce texte. Se connaître soi-même n'est donc pas connaître le corps. « Celui qui prend soin de son corps, conclut Platon, prend soin de ce qui est à lui, mais non de lui-même. »[57] S'identifier au corps, c'est-à-dire croire être le corps revient à confondre une appartenance et une identité. Prendre soin de soi, pour Platon, c'est donc prendre soin de son âme ; prendre soin de son corps, c'est s'occuper de ce qui est à soi. Si se connaître soi-même équivalait à connaître son corps, alors il faudrait apprendre la médecine pour cela et non la philosophie !

Le corps change

Platon montre aussi, dans un autre dialogue, que l'âme, puisqu'elle est semblable « à ce qui est indissoluble et qui reste toujours invariable et identique à soi », diffère du corps « dont la forme est multiple, qui est sujet à dissolution, et qui ne reste jamais identique à soi-même ».[58] Voici ce que Platon dit du corps : « En réalité, même dans le temps que chaque animal passe pour être vivant et identique à lui-même, dans le temps par exemple qu'il passe de l'enfance à la vieillesse, bien qu'on dise qu'il est le même, il n'a jamais en lui les mêmes choses ; mais sans cesse il rajeunit et se dépouille dans ses cheveux, dans sa chair, dans ses os, dans son sang, dans tout son corps. »[59]

Le sujet a en effet intimement le sentiment de son unicité et de sa permanence à travers le temps : je me sens « moi » hier comme aujourd'hui et je sais que ce sentiment d'être a perduré à travers le temps ; cette permanence est même une condition essentielle de mon

identité. Or le corps change constamment. Plotin le remarque aussi à de nombreuses reprises : « Le corps ne subsiste pas, mais s'écoule tout entier. »[60] « Le corps s'écoule et sa nature réside dans le mouvement. »[61]

Ce corps que je prétends être moi est composé de milliards de cellules qui se reproduisent et meurent comme tout être vivant. Sur une période de quelques années, le corps se renouvelle entièrement. Ce corps d'aujourd'hui n'est pas le même que mon corps de vingt ans, qui n'était lui même pas celui que j'avais à 10 ans ! Le corps avec lequel je vis maintenant n'est pas celui que j'avais enfant. Il est autre radicalement ; le corps n'est pas un être, c'est un flux, c'est une impermanence. Ce que je suis transmigre de corps en corps en gardant la certitude d'être moi, et non un autre.

Les atomes qui composent ces cellules ne sont également pas fixes. Le corps vit en contact permanent avec le monde auquel il prend de la matière et auquel il en rend. Quand je mange une assiette de pâtes, je ne prétends pas être les pâtes que je vois là-dehors ; pourtant sitôt que ces pâtes sont consommées, je m'identifie à ce corps, à ce ventre. Notre moi est-il diminué quand on nous coupe les cheveux ou les ongles, ou lorsqu'on nous arrache une dent ?

Ainsi, la permanence de notre être ne peut-elle dépendre du corps, mais doit se trouver dans un principe autre, transcendant la corporéité.

Les croyances matérialistes

Saint Augustin donne dans ses œuvres un argument intéressant pour établir que l'âme ne peut être un corps. Saint Augustin montre que l'âme s'aliène elle-même en se tournant avec amour vers les choses corporelles. Les désirs et les passions de l'âme détournent son attention d'elle-même pour la pencher vers le monde des choses ; et ainsi l'âme ne se pense plus selon ce qu'elle est mais selon ce qu'elle croit être. Son commerce prolongé et affectif avec les choses la conduit à se prendre elle-même pour une chose, comme l'explique saint Augustin : « La force de l'amour est telle que ces objets en lesquels l'âme s'est longtemps complu par la pensée et auxquels elle

s'est agglutinée à force de souci, elle les emporte avec elle, lors même qu'elle rentre en soi, en quelque façon, pour se penser. Ces corps, elle les a aimés à l'extérieur d'elle-même par l'intermédiaire des sens, elle s'est mêlée à eux par une sorte de longue familiarité ; mais comme elle ne peut les emporter à l'intérieur d'elle-même, en ce qui est comme le domaine de la nature spirituelle, elle roule en elle leurs images et entraîne ces images faites d'elle-même en elle-même. »[62]

L'âme se « roule » dans les images des corps et se mélange à elles ; aussi croit-elle, à tort, qu'elle est comme eux, c'est-à-dire une forme. « Lorsqu'elle s'identifie à de tels objets, écrit saint Augustin, l'âme se figure qu'elle est un corps. »[63]

Mais saint Augustin montre que les hommes, quand ils affirment que l'âme est un corps, énoncent une croyance non un savoir, car l'âme n'a aucun savoir d'elle-même en tant que corps. Cela est très évident, dit saint Augustin, quand on considère les hypothèses des matérialistes concernant la nature corporelle de l'âme, hypothèses qui sont toutes différentes. En effet pour les uns l'âme est de l'air, pour les autres un feu, pour d'autres encore un cerveau : « Toute âme ne pense pas qu'elle est air : il en est qui pensent qu'elle est feu, d'autres cerveau, d'autres tel corps, d'autres tel autre. »[64]

Ces hypothèses divergentes montrent que l'âme ne se *connaît* pas comme corps ou cerveau ou air (on pourrait rajouter aujourd'hui « neurones », ou « assemblage de neurones ») mais qu'elle *imagine* être un corps ou un cerveau ou de l'air (ou des neurones). En effet, « il est absolument impossible, écrit saint Augustin, qu'elle (l'âme) pense ce qu'elle est comme elle pense ce qu'elle n'est pas. C'est en faisant appel à une représentation imaginative, qu'elle pense toutes ces choses, le feu, l'air, tel ou tel corps, telle partie, cohésion ou harmonie du corps. »[65]

Saint Augustin établit ainsi la différence entre la connaissance immédiate qu'à l'âme d'elle-même comme âme, c'est-à-dire comme présence consciente à elle-même et les croyances qu'elle imagine concernant sa nature corporelle. « Qu'elle soit de l'air, elle ne le sait

pas, elle se le figure. Qu'elle rejette donc ce qu'elle se figure, qu'elle voit ce qu'elle sait. »[66] C'est pourquoi saint Augustin peut conclure : « que l'âme ne soit pas corporelle, j'ose affirmer non pas que je me le figure, mais que je le sais bel et bien. »[67]

Le corps est divisible

À cet argument de saint Augustin, on peut rajouter un autre qu'on trouve notamment chez Descartes . Celui-ci fait remarquer que le corps est divisible tandis que l'esprit ne l'est pas. Si on coupe une partie de mon corps, par exemple un bras ou une jambe, on ne coupe pas le « moi ». « Il y a une grande différence entre l'esprit et le corps, écrit Descartes, en ce que le corps de sa nature est toujours divisible et que l'esprit est entièrement indivisible… Et quoique tout l'esprit semble uni à tout le corps toutefois un pied ou un bras, ou quelqu'autre partie étant séparée de mon corps, il est certain que pour cela il n'y aurait rien de retranché à mon esprit. »[68]

Il est vrai que perdre un pied ou un bras aura des conséquences sur mes pensées et mes émotions qui s'en trouveront dès lors notablement modifiées ; je serai peut-être d'une humeur plus chagrine ou je deviendrai désespéré etc. Mais, pourtant, même avec une jambe en moins, je reste moi ; cette perte ne met pas en cause mon ipséité, c'est-à-dire le « je ».

Le « moi » n'est pas un objet qu'on peut découper en tranches ! Si un chirurgien me coupe la main et la pose sur la table d'opération, je ne peux pas penser que cette main que j'observe désormais comme un objet est une partie de moi ; je peux simplement dire que c'était ma main. Locke dans des analyses fameuses arrive aux mêmes conclusions : « Si vous coupez une main, la séparant ainsi de la conscience que nous avions de son réchauffement, de son refroidissement et de ses autres affections, elle n'est pas plus, pour son propriétaire, une partie de lui-même que le corpuscule matériel le plus éloigné.(…) Il n'y a pas de doute que c'est bien de la même personne qu'il s'agit, encore que les membres qui lui appartenaient en aient été retranchés. »[69]

« Souvent je m'éveille à moi-même, comme délié de mon corps ; je deviens extérieur à tout ce qui m'est autre, je me recueille en mon intime ; je vois une beauté merveilleusement grande. Je suis persuadé d'avoir alors plus que jamais part au sort le meilleur ; j'exerce l'acte de

vivre une vie excellente ; je m'identifie au divin ; j'y suis établi, au terme de cet acte vital supérieur, m'y voici installé au-dessus de tout autre intelligible. Mais quand il me faut, après cette pause dans le divin, redescendre de l'intuition intellectuelle à la raison discursive, je suis dans l'embarras et me demande comment je puis maintenant descendre et comment il m'est advenu que mon âme, étant essentiellement comme elle vient de m'apparaître, à bien pu s'enfermer dans ce corps ; or elle y est bel et bien. » Plotin , *Les Ennéades*, IV, 8, 1.

Nous devons enfin comprendre que l'essence du moi ne peut être le corps.

Certes il est possible que ce que je suis ne puisse être sans l'existence du corps, je n'en sais rien pour l'instant ; mais il faut absolument distinguer les deux questions : la question de l'essence d'une chose et la question de son existence. Un corps humain ne peut vivre sans oxygène, pourtant le corps n'est pas de l'oxygène ! Ce que je suis ne peut, peut-être, pas être sans le corps, mais l'argument précédent montre clairement que je ne suis pas le corps. Le corps est une chose, le Soi est une non-chose.

Dans l'advaita vedanta indien, il est dit également que nous confondons le corps avec le soi ; nous identifions à tort le véritable sujet avec l'objet matériel corporel. Nous projetons sur ce dernier les caractéristiques du premier. On lit par exemple dans ce célèbre traité le *Vivekacudamani* :

« Ce qui est à connaître par toi maintenant, la discrimination entre le Soi et le non-Soi, cela t'est enseigné par moi directement ; réfléchis sur le Soi.

Le corps, composé des éléments nommés : moelle, os, graisse, chair, sang, derme, épiderme et des membres : pieds, cuisses, poitrine, bras, dos, tête et de leurs parties,…

Ce corps connu comme "Je" et "mien" est dit être le lieu matériel de l'illusion par les sages. Ces éléments subtils sont l'éther, l'air, le feu, l'eau, la terre.

L'ignorance est en vérité la grande mort pour celui qui cherche la libération dans le corps. Celui par lequel l'illusion est conquise, mérite le chemin de la libération.»[70]

Plus loin dans le texte, l'auteur soutient même la thèse que le soi peut exister sans le corps : « Il (l'atman) ne naît pas, il ne meurt pas, il ne croît pas ; il ne décline pas, il ne change pas, il est éternel. Même si ce corps disparaît, il ne disparaît pas de lui-même comme dans le pot l'espace (ne disparaît pas si le pot disparaît). »[71]

Le soi est ici comparé à l'espace circonscrit dans l'intérieur d'un pot : l'espace du pot n'est pas différent de l'espace du monde ; il ne fait qu'un avec lui et si le pot est brisé, l'espace du pot demeure inaffecté ; rien ne lui arrive. De même, nous identifions à tort le soi sans limite avec les limites du corps et croyons qu'avec la mort du corps, le soi disparaîtra. Mais en réalité, le soi notre vraie nature n'est pas le corps.

La conscience n'est pas une chose

S'identifier au visage ou au corps, c'est donc bel et bien se chosifier, devenir une chose. Simone Weil montre combien l'identification au visage est une déchéance, un abaissement : « Une femme, écrit-elle, qui se regarde dans un miroir et se pare ne sent pas la honte de réduire soi, cet être infini qui regarde toutes choses à un petit espace (…) Une très belle jeune femme qui regarde son image dans le miroir peut croire qu'elle est cela. Une femme laide sait qu'elle n'est pas cela. »[72] Le moi se tient donc, pour Simone Weil, au-delà du visage et sa remarque sur la laideur est intéressante. Sans doute est-il plus difficile de ne pas s'identifier à un beau visage qu'à un laid (rappelons que Socrate était réputé pour sa laideur) mais il ne suffit pas d'être laid pour se connaître soi-même ! Quels arguments pouvons-nous avancer pour justifier ce que dit Simone Weil ? Comment pouvons-nous démontrer que notre être réel n'est pas le corps et le visage ?

Qu'est-ce qu'une tête ? Douglas Harding a une formule humoristique : une tête est une boule de chair chevelue et colorée. S'identifier à un visage, c'est donc se réduire soi-même à un objet extrêmement limité. La tête et le corps sont des objets, situés dans l'espace, quelque part

entre d'autres objets. Mais ce que je suis, l'observateur des objets, n'est pas une chose ! La conscience qui perçoit les objets ne peut elle-même être un objet ; une chose ne peut pas percevoir une autre chose.

La conscience est une non-chose et se vit sur un mode d'être tout à fait différent des objets. Pour reprendre le langage sartrien, il faut comprendre que les objets sont des en-soi, et que la conscience est

un pour-soi. Un objet est tout ce qu'il est ; une conscience se pense et en se pensant elle transcende toutes les catégories objectives. En devenant conscient de lui-même, le Soi s'élève au-dessus de tout objet et de toute autre créature ; il n'est plus simplement un objet dans l'espace et dans le temps ; il n'a pas de forme, pas de taille, pas de poids, et pas de couleur.

J'aime beaucoup l'anecdote suivante : « Un jour, une des étudiantes américaines du maître zen contemporain Seung Sahn lui demanda :

— Maître, y a-t-il des maîtres zen femmes en Corée ?

— Non, non, non, répondit-il rapidement, bien sûr que non.

L'étudiante fut totalement choquée, et même en colère surtout parce que Seung Sahn lui-même avait toujours traité ses étudiants femmes avec une complète égalité, et avait même formellement autorisé certaines d'entre elles à enseigner. "Comment est-ce possible, pensa-t-elle ; c'est absolument outrageant." Après un petit moment, elle demanda : "Mais comment est-ce possible ?"

La regardant et souriant à demi, il répondit :

— Car les femmes ne peuvent s'éveiller.

C'était incroyable ! Espérant à moitié qu'il était en train de plaisanter, elle le regarda, mais il était passé dans une autre pièce entre temps. Elle le suivit ; il était occupé par quelque chose, comme si la conversation n'avait jamais eu lieu.

— J'ai pratiqué avec vous pendant de nombreuses années, continua-t-elle. Vous nous avez toujours enseigné de croire à notre vrai soi à 100 %. Comment pouvez-vous maintenant dire que les femmes ne peuvent être illuminées ?

Se retournant brusquement, Seung Sahn pointa son doigt vers elle et dit, regardant dans ses yeux avec force :

— Ainsi, vous êtes une femme ?

L'étudiante demeura en silence cependant que son enseignement se fondait en elle. »[73]

Une femme n'est pas une femme, un homme n'est pas un homme. Ce que nous sommes n'est ni homme, ni femme ; ce sont là des apparences, non ce que nous sommes vraiment : l'espace clair, vaste, vide, plein et éveillé.

Exercices pratiques

Que mon lecteur veuille bien se poser les questions suivantes en toute sincérité, sans faire appel à sa mémoire, c'est-à-dire à ses croyances ou à ses connaissances, mais en se fiant à l'expérience de l'instant présent (ces questions sont celles que Douglas Harding posait dans ses ateliers pour que nous discriminions ce que nous paraissons être de ce que nous sommes) :

- *Dans l'instant présent, quelle est la couleur de votre conscience ? Est-elle jaune, rouge, blanche, noire ?*
- *Dans l'instant présent, quelle est sa forme ? Votre conscience est-elle grosse ou maigre, petite ou grande ? Est-elle carrée, triangulaire, ronde ?*
- *Si vous êtes dans une tête, où êtes-vous dans la tête ?*
- *À combien de centimètres derrière les yeux pouvez-vous vous localiser ?*
- *Comment est-ce à l'intérieur de votre tête ? Gluant ? Humide ? Sombre comme dans un cachot ?*

Je pense que comme moi vous constatez qu'on ne peut apporter de réponses à ces questions car elles supposent que la conscience est une chose, ce qu'elle n'est pas. Prétendre être un visage, c'est non seulement une déchéance mais une erreur totale.

Cependant se désidentifier du corps demande un certain effort car nous croyons être un visage depuis des dizaines d'années ; c'est une croyance que nous n'avons jamais contestée et qui est ancrée au plus profond de notre intimité.

Le mythe de Narcisse

Nous pouvons donc maintenant conclure en disant que les arguments précédents pointent tous vers la même vérité : ce que je suis n'est ni corps ni une tête. La connaissance de soi exige de faire une discrimination entre cette couche de mon être (l'apparence corporelle, la forme) et mon être réel. Ne pas faire cette distinction, c'est se perdre soi-même, s'oublier, s'endormir et s'abîmer dans une image, dans une ombre de soi-même.

Le mythe de Narcisse nous raconte de manière allégorique l'histoire de cette identification au corps et au visage. Narcisse se contemple dans l'eau, y aperçoit son image, et voulant l'embrasser, se noie. On lit généralement ce mythe d'un point de vue psychologique en y voyant une dénonciation d'un amour-propre excessif, mais les mythes présentent toujours plusieurs niveaux de lecture. Et celui-ci peut être compris à un niveau bien plus profond.

Narcisse représente, en réalité, le sujet qui s'identifie au corps et à cause de cela oublie sa vraie nature et se perd dans la corporéité. Ne plus se connaître équivaut pour Narcisse à mourir. Ce que le mythe veut nous enseigner, c'est que l'âme en s'identifiant au corps (et en particulier au visage) meurt à sa véritable essence incorporelle. Ce que nous sommes vraiment meurt en s'identifiant au corps, c'est pourquoi la redécouverte de notre véritable identité est assimilée souvent à une nouvelle naissance.

Aussi convient-il de dire que j'ai un corps et non que je suis un corps. Le corps n'est qu'une de nos apparences ; il peut être objectivé ; il est vu, senti ; il ne peut être le sujet que nous cherchons. Épictète en était aussi bien conscient : « Qui suis-je ? "Un misérable bout d'homme" et "infortunés morceaux de chair que je suis". Misérable en effet, mais tu es quelque chose de supérieur aux morceaux de chair. Pourquoi donc l'abandonnes-tu pour t'attacher à ceux-ci ? »[74]

Résumé :

- **Nous pensons être un corps et surtout un visage.**
- **Le corps change, pas le « je ».**
- **Le corps est divisible pas la conscience.**

- **Le corps est une chose, non ce que nous sommes.**

- **S'identifier au corps, c'est s'oublier soi-même.**

- **Notre véritable identité ne peut être le corps.**

[57] Platon, *Alcibiade*.
[58] Platon , *Le Phédon,* 80 b, Trad. B. et R. Piettre, Le livre de Poche, 1992, p. 249.
[59] Platon , *Le Banquet*, traduction Chambry, cité par Serge Carfantan dans *Conscience et connaissance de soi*, p. 228.
[60] Plotin , *Traité 2, Sur l'immortalité de l'âme*, 8, 45, Trad.L.Brisson et J-F. Pradeau, p. 114, GF, 2002
[61] Plotin , idem, 3, 20.
[62] Saint Augustin , *La Trinité*, X, V, 7, Traduction Agaësse, Instituts d'Etudes Augustiniennes.
[63] Saint Augustin , opus cité, X, VII, 9.
[64] Saint Augustin , opus cité, X, X, 13.
[65] Saint Augustin , opus cité, X, X, 16.
[66] Saint Augustin , opus cité, X, X, 13.
[67] Saint Augustin , *Genèse au sens littéral,* XII, 33, 62, cité par Bermon, *Le cogito dans la pensée de saint Augustin,* Éd. Vrin, p. 218.
[68] Descartes , *Méditations métaphysiques,* Sixième méditation.
[69] Locke , *Essai sur l'entendement humain*, Livre II, Chapitre 27, traduction Balibar, dans *Identité et différence*, Éd. du Seuil, 1998.
[70] *Vivekacudamani*, attribué à Shankara (VIII e siècle) mais texte plus probablement de l'école de l'advaita vedanta datant du moyen-âge, traduit du sanskrit par l'auteur.
[71] « Na jâyate no mriyate na vardhatena kshîyate no vikaroti nityah/vilîyamâne 'pi vapushyamusminna lîyate kumba ivâmbaram svayam » *Vivekacudamani*, Traduit du sanskrit par mes soins.
[72] Simone Weil, *La pesanteur ou la grâce*, Presse Pocket, 1988, p. 43.
[73] *Wanting Enlightenment is a Big Mistake, Teachings of Zen Master Seung Sahn,* Éd. Shambala, extrait traduit par nos soins.
[74] Épictète , *Entretiens*, I, 3, 1-6, La Pléiade, p. 815.

la connaissance de soi est-elle une connaissance morale ?

Le précepte de Delphes a été compris bien souvent dans l'histoire de la philosophie comme ayant simplement une valeur morale. Sur le fronton du temple de Delphes, à côté de l'inscription « Connais-toi toi-même » (γνώθι σεαυτόν / gnôthi seautón) on pouvait en lire d'autres comme celle-ci « Rien de trop. »(μηδὲν ἄγαν / mêdén ágan). Ces conseils nous invitent à vivre d'une manière mesurée, sans excès, ce qui est certes louable mais qui demeure cependant fort éloigné du sens philosophique voire mystique que Platon et les néoplatoniciens ont donné à la connaissance de soi. Cette lecture morale du précepte de Delphes qui existait déjà du temps de Platon s'est poursuivie dans la littérature chrétienne et dans la philosophie jusqu'à nos jours.

Le philosophe Abélard, par exemple, a composé un ouvrage qui s'appelle *Ethica sive Scito te ipsum* (« Éthique, ou Connais-toi toi-même ») vers 1130 et qui expose une morale et une réflexion sur les péchés et les vertus. Il existe toute une tradition de textes moraux chez les philosophes grecs, les penseurs chrétiens ou les auteurs plus modernes qui assimilent la connaissance de soi et la connaissance morale. Se connaître, c'est dans ces conditions juger ses propres actes, ses propres pensées ou ses propres désirs du point de vue du bien et du mal. On le voit chez Pascal par exemple : « Il faut se connaître soi-même ; quand cela ne servirait pas à trouver le vrai, cela sert au moins à régler sa vie : il n'y a rien de plus juste. »[75] Il s'agit dans cette perspective chrétienne de se garder d'un orgueil présomptueux pour mesurer sa véritable place entre les créatures animales en dessous et Dieu au-dessus ; l'homme n'est ni bête ni ange, mais se tient entre les deux. Pascal écrit encore : « Connaissez donc, superbe, quel paradoxe vous êtes à vous-même ! Humiliez-vous, raison impuissante ! Taisez-vous, nature imbécile ! Apprenez que l'homme passe infiniment l'homme et entendez de votre Maître votre condition véritable que vous ignorez. Écoutez Dieu. »[76] Se connaître soi-même, c'est tout à la fois connaître sa misère et la grandeur de Dieu.

Mais il est vrai qu'il existe aussi chez les philosophes et les mystiques chrétiens, influencés par saint Augustin et Plotin, toute une tradition

grandiose et profonde qui fait du précepte de Delphes un chemin vers l'absolu, chemin qui mène bien au-delà de la morale, et que nous découvrirons plus loin dans ce livre.

Cependant, cette lecture simplement morale du précepte de Delphes est pensons-nous un appauvrissement de son message. Citons pour illustrer cette réduction la préface aux *Confessions* de Jean-Jacques Rousseau , dans laquelle le philosophe se propose de se peindre du point de vue moral : « Je forme une entreprise qui n'eut jamais d'exemple et dont l'exécution n'aura point d'imitateur. Je veux montrer à mes semblables un homme dans toute la vérité de la nature ; et cet homme ce sera moi.

(…) Que la trompette du Jugement dernier sonne quand elle voudra, je viendrai, ce livre à la main, me présenter devant le souverain juge. Je dirai hautement : " Voilà ce que j'ai fait, ce que j'ai pensé, ce que je fus." J'ai dit le bien et le mal avec la même franchise. Je n'ai rien tu de mauvais, rien ajouté de bon, et s'il m'est arrivé d'employer quelque ornement indifférent, ce n'a jamais été que pour remplir un vide occasionné par mon défaut de mémoire ; j'ai pu supposer vrai ce que je savais avoir pu l'être, jamais ce que je savais être faux. Je me suis montré tel que je fus ; méprisable et vil quand je l'ai été : j'ai dévoilé mon intérieur tel que tu l'as vu toi-même. Être éternel, rassemble autour de moi l'innombrable foule de mes semblables ; qu'ils écoutent mes confessions, qu'ils gémissent de mes indignités, qu'ils rougissent de mes misères. »[77]

Que signifie se connaître pour Rousseau ? C'est connaître « ce que j'ai fait, ce que j'ai pensé, ce que je fus » ; il s'agit donc bien d'une connaissance morale. Le but de cet autoportrait est de dévoiler la qualité morale de son cœur et de voir s'il est bon, généreux, vil ou méprisable.

On retrouve cette réduction de la connaissance de soi à une connaissance morale chez Kant . Kant écrit : « Ce commandement est le suivant : *Connais-toi toi-même* (interroge-toi, sonde-toi), non pas quant à ta perfection physique (l'aptitude ou l'inaptitude à toutes sortes de fins qui puissent te passer par la tête ou même qui puissent t'être imposées), mais quant à la perfection morale en relation avec ton

devoir ; analyse ton cœur pour savoir s'il est bon ou mauvais, si la source de tes actions est pure ou impure, et examine ce qui peut lui être imputé, soit comme appartenant originairement à la substance de l'homme, soit comme dérivé (acquis ou venu s'y ajouter), et qui est susceptible d'appartenir à l'état moral. »[78]

L'inscription de Delphes a bien le sens pour Kant d'un impératif moral.

Cependant, même si cette connaissance morale est intéressante, et peut avoir une certaine valeur, elle n'atteint pas l'essence du sujet ; elle ne saisit pas le « je » dans son essence car cette connaissance dit plutôt ce que je fais non ce que je suis.[79]

La connaissance morale consiste à juger le moi en évaluant son caractère : le moi a-t-il un caractère généreux ? Passionné ? Flegmatique ? etc. Bien sûr, pour l'opinion commune, se connaître soi-même, c'est avant tout connaître son caractère, qui représente l'individualité de chacun et qui nous singularise. Être soi-même, c'est être unique, et donc différent des autres. D'après le dictionnaire de philosophie Lalande , le caractère est « l'ensemble des manières habituelles de sentir et de réagir qui distingue un individu d'un autre (ou quelque fois un groupe d'un autre : le caractère français). » [80]

Il est vrai que nous avons tendance à reconnaître autrui à une certaine constance dans son comportement. Nous rapportons l'ensemble de ses actions à un ego auquel nous attribuons un caractère. Nous pouvons dire face à une des réactions d'un ami : « C'est bien toi cela ! » ou « Cela ne m'étonne pas de toi » ou encore « Cela te ressemble exactement ». De même, nous pouvons aussi apercevoir en nous une certaine manière d'exister ; nous connaissons par avance nos réactions devant un événement à venir, et nous sommes d'ailleurs assez rarement surpris par elles. En nous retournant sur notre vie, il nous semble pouvoir deviner un portrait psychologique qui se dessine à partir de nos manières passées. Ainsi chercher à connaître son caractère, c'est étudier ses émotions, ses désirs, ses tendances, voire son intelligence, etc.

Il est possible donc, qu'en connaissant notre caractère, nous arrivions au cœur de nous-mêmes, et que nous atteignons enfin l'essence du Soi. Dans ce cas, la connaissance philosophique de soi se réduirait à une connaissance psychologique, à une caractérologie.

Mais suis-je un caractère ?

En réalité, l'essence de la subjectivité est à chercher au-delà du caractère et au-delà de tous les objets psychologiques. En effet, le caractère ne définit pas notre vraie nature : j'ai un caractère mais je ne suis pas un caractère. Tous les éléments qui composent notre caractère, notre façon de sentir, de réagir, nos tendances, nos goûts sont des aspects objectifs de notre « moi » que nous pouvons observer, connaître, critiquer, corriger. Si par exemple, nous constatons, dans notre relation aux autres, une tendance excessive à l'émotivité, cela signifie que nous avons remarqué en nous des émotions fortes et fréquentes, et donc que nous les avons vues, qu'elles sont apparues dans le champ de notre conscience. Ne pouvons-nous pas aisément être conscient de notre caractère, le juger, vouloir l'améliorer ou nous en plaindre ? Le caractère est donc bien un objet de la conscience. Or, tout ce qui peut être un objet pour le moi, tout ce qui apparaît sous le regard de la conscience, ne peut constituer l'essence de notre subjectivité. Vouloir identifier cette subjectivité, cette conscience avec des objets (les tendances, les goûts, les habitudes, les désirs…) est une erreur car nous ne pouvons être conscient de quelque chose que si nous nous en distinguons. Or ce n'est pas le caractère qui est conscient de lui-même, *je* suis conscient de lui ; par conséquent ce que je suis vraiment ne peut pas être défini par un caractère.

Certes, nous disons tous « je » car nous sentons une identité dans un fond de nous-mêmes, mais cette unité ne peut être trouvée à un niveau psychologique. Aussi la réponse à notre question doit-elle être cherchée à un niveau méta-psychologique. L'unité du Soi ne se trouve pas dans la psyché humaine.

Décrire la multiplicité des aspects que peut prendre le moi psychologique (désirs, tendances, goûts, etc.) ne saurait constituer

une connaissance de l'essence du Soi. En effet, même précise, l'analyse psychologique reste objectiviste. Tout ce qu'il est possible d'observer ne peut être le sujet ultime que l'oracle de Delphes nous convie à chercher.

Résumé :

- **La connaissance de soi a été souvent comprise comme une connaissance morale, celle de nos défauts et qualités.**
- **Mais la connaissance morale dit ce que je fais non ce que je suis.**
- **C'est au-delà de la morale que nous devons chercher l'essence du « je ».**
- **Nous ne sommes pas le caractère, nous avons un caractère.**

[75] Pascal, *Entretiens avec M. de Sacy*, cité par Gilson dans *L'esprit de la philosophie médiévale*, Éd. Vrin, 1932, p. 1.
[76] Pascal, *Pensées*, Brunschvicg 434.
[77] *Les confessions*, Le livre de poche, 1968, cité par Gusdorf , *De la découverte de soi*, p. 22.
[78] Kant , *Doctrine de la vertu*, I.I.14, GF, 1994, p. 299.
[79] Pour une critique de la connaissance de soi comprise au sens moral, cf. aussi Carfantan , opus cité, p. 188-203.
[80] André Lalande : *Vocabulaire technique et critique de la philosophie*, P.U.F., Tome 1, p 121

Que suis-je donc si je ne suis ni le corps, ni le personnage social, ni le caractère ?

Suis-je mes pensées alors ?

Il est tout à fait certain que nous nous identifions à nos pensées, à nos opinions, à nos croyances ; nous ne faisons pas clairement la distinction entre le « je » et les pensées, entre la conscience et les contenus de conscience. Ne disons-nous pas par exemple : « Je suis de gauche » ou « je suis de droite » nous identifiant alors à nos opinions politiques ? Cette distinction entre le Soi-sujet et les pensées est peut-être la plus difficile à comprendre et à réaliser, car cette assimilation aux pensées est extrêmement puissante. Nous sommes assez disposés à accepter de n'être pas le corps, qui est une chose, mais il nous semble évident que nous sommes nos pensées.

Cette question est importante et pas seulement d'un point de vue théorique : certaines de nos pensées peuvent occuper toute notre attention et tournoyer en boucle dans notre esprit de manière obsessionnelle épuisant alors toute notre énergie. Découvrir que notre vraie nature est peut-être au-delà des pensées permettrait alors d'envisager l'existence en nous d'un centre indépendant de leur ronde exténuante. Peut-être pouvons-nous expérimenter une ouverture nouvelle, un espace inédit en nous-même, non pas dépourvu de

pensées mais libre des pensées ?

Remarquons d'abord que les pensées sont des phénomènes subjectifs qui apparaissent à la conscience : je sais que je pense et je sais ce que je pense, mais qui le sait ? Je peux prendre conscience par exemple d'une pensée comme : « Il faudrait que je remplisse ma déclaration d'impôts » ou « Mon collègue n'a pas fait sa part de travail au bureau aujourd'hui ». Le fait que je puisse observer mes pensées montre une fois encore (selon la méthode de la négation « ni ceci, ni cela », « *neti, neti* ») que je ne suis pas mes pensées, mais que je suis Celui qui en prend conscience. Nos pensées sont en effet perçues, connues par le sujet qui ne saurait donc s'identifier à elles[81]. Qui sait que je pense ? Certainement pas une autre pensée. La pensée ne pense pas la pensée ; c'est la conscience même qui observe la pensée.

D'autre part, nos pensées sont multiples, changeantes, elles ne cessent de naître et de s'évanouir ; mais le penseur de toutes ces pensées ne passe pas avec elles ! Nos opinions politiques changent ou peuvent changer, de même que nos idées sur l'art, nos croyances religieuses, mais celui qui pense tout cela – le « je » – reste bien le même au-delà de ces phénomènes transitoires.

« Si vous observez très soigneusement votre pensée, vous verrez que bien que ses réactions et ses mouvements soient très rapides, il y a des trous, des arrêts entre une pensée et l'autre. Entre deux pensées il y a une période de silence laquelle n'est pas reliée au processus de la pensée. Si vous l'examinez, vous verrez que cette période de silence, que cet intervalle, n'appartient pas au temps et la découverte de cet intervalle, sa pleine perception, vous libère du conditionnement, ou, plutôt il ne "vous" libère pas mais il y a affranchissement du conditionnement. » Krishnamurti, *La première et la dernière liberté*, Éd. Le livre de poche.

D'ailleurs si j'étais mes pensées, si je me définissais par elles, j'aurais sur elles un pouvoir absolu ; je pourrais les contrôler, les faire apparaître ou disparaître à volonté. Or est-ce cela que nous expérimentons ? Avons-nous la possibilité de supprimer une pensée perturbante ? Si je vous demande maintenant de ne pas penser un ours blanc, n'avez-vous pas présente à l'esprit précisément une pensée ou une image d'un ours blanc ? Nietzsche écrivait : « Pour ce

qui est de la superstition des logiciens, je ne me lasserai jamais de souligner un petit fait que ces esprits superstitieux ne reconnaissent pas volontiers : à savoir qu'une pensée se présente quand "elle" veut, et non pas quand "je" veux. »[82] En effet, les pensées surgissent sans que le « je » en soit la cause directe ; il en est plutôt un simple témoin.

« Je suis la conscience-témoin lorsqu'une pensée surgit.
L'identification du soi et du mental se fait avec la notion "je suis le penseur" mais du fait que je peux me souvenir de ma pensée, je suis le témoin de cette pensée, je suis le témoin de tout ce que l'on peut appeler objectif, et aussi de la notion que je suis le penseur, bien que l'égo s'approprie l'objet comme sien. » Jean Klein, Revue *Être*.

Ainsi, je ne suis pas mes pensées, mais la réalité qui les observe, et qui se tient en arrière des pensées, entre les pensées, sous les pensées. Les pensées naissent, vivent, et meurent au sein de l'espace conscient qui demeure inchangé et pur.

La connaissance de soi nécessite donc un recul par rapport aux pensées, un saut dans un au-delà des pensées. Ce saut, qui semble peut-être pour nos pensées n'être qu'un vide, se révélera être une plénitude, un accomplissement. Avec lui, les pensées ne vont bien sûr pas disparaître, au contraire, l'intelligence sera plus lucide, plus claire, plus complète. Ancrée consciemment dans notre vraie nature, la pensée deviendra un outil beaucoup plus efficace.

« Entre deux nuages il y a un intervalle, et cet intervalle est le ciel bleu ! Ralentissez les pensées et regardez les intervalles ! Oui ! Examinez les intervalles et prêtez davantage d'attention à l'intervalle qu'au nuage !
Là où la première pensée a disparu, et où l'autre n'a pas surgi, c'est la Conscience, c'est la Liberté, c'est votre propre place, votre propre demeure. Vous êtes toujours là, voyez-vous.
Déplacez votre attention, changez d'habitude. Ne regardez pas l'image mais l'arrière-fond ! Si j'installe devant vous un grand tableau noir de la taille du mur et que j'y dessine un petit point blanc puis que je vous demande "Que voyez-vous ?" Vous serez quatre-vingts dix-neuf pour cent à ne pas voir le tableau. Vous répondrez : "Je vois un petit point blanc". Un si grand tableau noir n'est pas perçu, et un petit point blanc, presque invisible, est vu. Pourquoi ? *Parce que c'est la tendance habituelle de l'esprit* : regarder le dessin et non le tableau noir, le nuage, non le ciel, la pensée non la Conscience.
Voilà en quoi consiste l'enseignement. Toujours regarder la

Conscience. Toujours regarder la Conscience et comprendre qu'elle est ce que vous êtes ! C'est votre propre place, votre propre demeure. Restez Ici. Personne ne peut vous atteindre. Qui peut entrer Ici où vous êtes ? Même votre esprit ne peut y entrer. » Poonja[83] .

De plus en découvrant que notre réalité demeure indépendante des pensées, que ce que nous sommes n'est pas affecté par leur présence, nous nous éveillons à un espace libre du stress qu'elles génèrent. Nous vivons alors à partir d'un centre immobile – la conscience pure – autour duquel s'agite et tourne le tourbillon des pensées, centre où nous pouvons alors connaître une paix nouvelle comme dans l'œil d'un cyclone et une merveilleuse libération.

Résumé :

- **Nous sommes identifiés à nos pensées, ce qui génère stress et instabilité.**
- **Nous pouvons observer les pensées donc nous ne sommes pas elles.**
- **Les pensées changent, le sujet non**
- **Nous sommes au-delà des pensées ; nous sommes leur témoin.**
- **La découverte que nous existons au-delà des pensées fait advenir une paix et une liberté dans notre existence.**

[81] Sur cette question de la distinction entre pensées et conscience, voir aussi mon livre *Le saut dans le vide*, Almora, 2011.
[82] Nietzsche, *Par-delà le bien et le mal*.
[83] Poonja, maître indien, XX e siècle, extrait de *The truth is*, Éditions Weiser Books, traduction par mes soins.

Mais suis-je réellement une conscience et uniquement une conscience ? Ne suis-je rien de plus ? Qu'en est-il de ma mémoire ? Ne suis-je pas surtout ce dont je me souviens ?

Assez naturellement, on se reconnaît soi-même en effet comme étant celui que nous nous souvenons avoir été dans l'enfance, à l'adolescence, à cinq ans, dix ans, vingt ans jusqu'à maintenant. Ce qu'on appelle le moi peut, semble-t-il, être identifié avec la mémoire, c'est-à-dire l'ensemble de nos souvenirs. Je suis ce que je suis parce que je me souviens avoir agi, pensé, vécu une existence individuelle dans le passé. C'est une thèse qu'on trouve chez le philosophe anglais Locke .

Locke définit d'abord la personne ainsi : « Une personne, c'est, je pense, un être pensant et intelligent, douée de raison et de réflexion, et qui peut se considérer soi-même comme soi-même, une même chose pensante en différents temps et lieux »[84]. L'identité personnelle se trouve donc dans le fait de se connaître le même dans des temps différents, d'être le même hier comme aujourd'hui. Ce qui fait que je suis moi et pas un autre, c'est le fait d'avoir conscience d'avoir existé dans le passé. Locke associe donc conscience de soi et mémoire : je suis ce dont je me souviens. « L'identité de telle personne, écrit Locke, s'étend aussi loin que cette conscience peut atteindre rétrospectivement toute action ou pensée passée ; c'est le même soi maintenant qu'alors, et le soi qui a exécuté cette action est le même que celui qui, à présent, réfléchit sur elle. »[85]

Mon identité est composée de tous mes souvenirs rétrospectifs. Que serais-je encore si je perdais cette mémoire ? Serais-je encore moi-même ?

Imaginons, dit Locke , que l'âme d'un prince entre dans le corps d'un savetier au moment où celle du savetier quitte son corps. Quelle sera dès lors la personne dans le corps du savetier ? Le prince ? Le savetier ? Un mélange des deux ? Il ne fait aucun doute conclut Locke, que ce sera celle du prince car l'identité suit la mémoire : « Car si

l'âme d'un prince, emportant avec elle la conscience de sa vie passée de prince, venait à entrer dans le corps d'un savetier et à s'incarner en lui à peine celui-ci abandonné par son âme à lui, chacun voit bien qu'il serait la même personne que ce prince, et comptable seulement de ses actes. »[86]

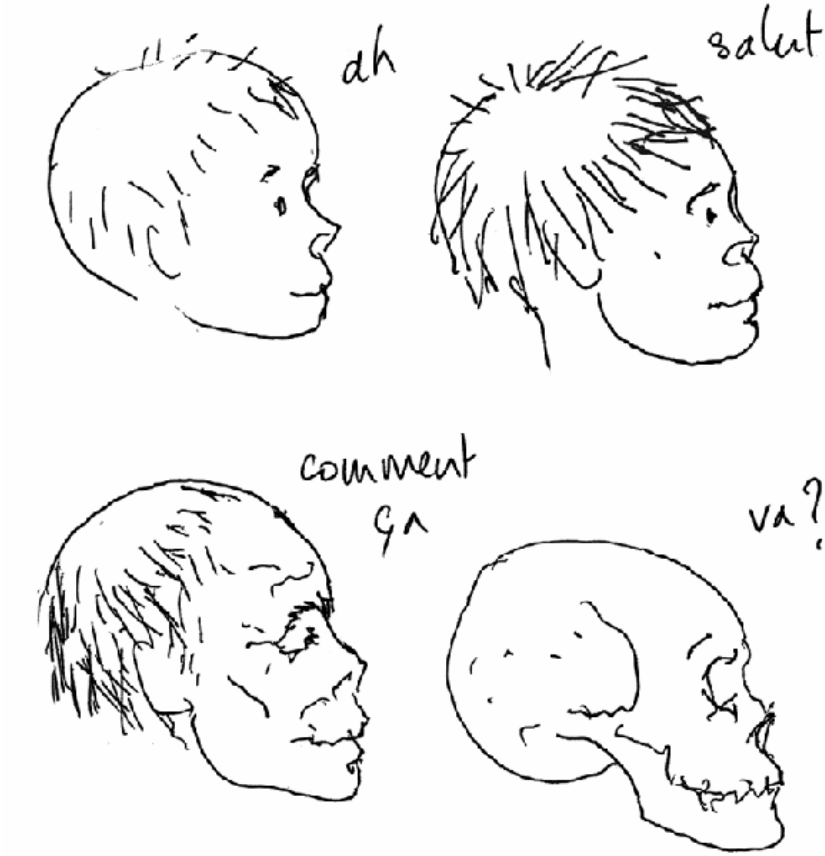
Cette identification de la personne avec la mémoire conduit Locke à assumer jusqu'au bout les conséquences de sa thèse : « Si j'avais conscience d'avoir vu l'Arche et le Déluge de Noé comme j'ai conscience d'avoir vu une crue de la Tamise l'hiver dernier, ou comme j'ai conscience maintenant d'écrire, je ne pourrais pas plus douter que moi qui écris ceci maintenant, qui ai vu la Tamise déborder l'hiver dernier, et qui aurais vu la terre noyée par le Déluge, j'étais le même soi. »[87]

Pourtant cette assimilation de soi et de la mémoire soulève bien des difficultés.

Suis-je la mémoire ?

Bien sûr, la mémoire est nécessaire pour fonctionner dans la vie quotidienne ; sans elle, nous ne pouvons nous adapter aux situations. Il est vrai aussi que nous sommes souvent plongés dans nos souvenirs, à ressasser des moments anciens de notre vie. Nous vivons parfois dans nos regrets, pleins de nostalgie pour des moments heureux de notre passé que nous souhaiterions revivre ; ou au contraire, le poids d'une faute ancienne nous écrase d'un remords pénible. Nous nous reconnaissons affectivement dans notre mémoire, nous nous identifions à elle. Mais est-elle vraiment ce que nous sommes ? Sommes-nous une mémoire ou avons-nous une mémoire ? Sommes-nous notre passé ou avons-nous un passé ?

« Que chacun examine ses pensées, il les trouvera toutes occupées au passé et à l'avenir. Nous ne pensons presque point au présent ; et, si nous y pensons, ce n'est que pour en prendre la lumière pour disposer de l'avenir. Le présent n'est jamais notre fin : le passé et le présent sont nos moyens ; le seul avenir est notre fin. Ainsi nous ne vivons jamais, mais nous espérons de vivre ; et, nous disposant toujours à être heureux, il est inévitable que nous ne le soyons jamais. » Pascal, *Les pensées*.



Nous avons vu dans le chapitre précédent que nous n'étions pas nos pensées du fait que nous en sommes le témoin ; le même raisonnement vaut aussi pour les souvenirs (d'ailleurs la pensée n'est qu'une forme de mémoire). Les souvenirs apparaissent dans le champ de la conscience ; ce sont des phénomènes observables ; or ce qui observe ces souvenirs n'est pas un souvenir ; c'est la conscience. *Je suis le témoin de mes souvenirs.*

De plus tous nos souvenirs, précieux ou douloureux, n'apparaissent jamais qu'au présent ; le souvenir de mon premier voyage en Corse, par exemple, est un ensemble d'images, d'affects, de pensées dont je prends conscience maintenant, en cet instant présent. Même un souvenir d'une époque lointaine, celle de mon enfance, ne se présente à nous… qu'au présent.

Nous existons dans l'instant comme présence consciente, non en tant que mémoire passée. Le « je suis » n'a pas d'âge ; il n'a pas de passé. Notre mémoire est d'ailleurs lacunaire ; elle est pleine de trous, de vides, de manques ; nous nous souvenons de si peu de choses ! Notre passé est pour l'essentiel une reconstruction permanente, une invention. Mais ce que nous sommes – le témoin de toutes ces cartes postales psychiques anciennes et à demi-effacées – vit d'une plénitude sans âge et sans mémoire.

« La conscience est toujours là, dans la présence ou l'absence de la pensée, et rien n'est en dehors d'elle ; tout apparaît en elle, y compris la mémoire, sans qu'elle en soit affectée. Nous pouvons donc dire que la mémoire n'est qu'une idée qui nous a traversé l'esprit à l'instant même : le présent, le passé, le futur se situent maintenant ». Jean Klein, *La joie sans objet*, Éd. Almora.

Quel est, en effet, l'âge de la conscience ? Quel est l'âge du « je suis » ? Un nombre va apparaître à notre conscience : 20, 30 ou 75 ans, mais remarquons que ce nombre qu'il faut aller chercher dans sa mémoire et qui nécessite parfois un calcul pour être déterminé, apparaît *maintenant*, dans le présent sans âge du témoin. Si je me fie simplement à l'expérience de mon existence consciente, je ne peux me donner d'âge. Je suis certes le même que j'étais enfant, le même que j'étais à l'adolescence, mais ce que je suis c'est la conscience, non la mémoire.

« Ne serions-nous donc qu'une mémoire ?
Walter Keers : C'est exclu, je peux vous le prouver en cinq secondes : ce que vous êtes, là, toujours ; ce que vous êtes, vous ne l'êtes pas de 11 heures à 11 h 05 le matin !
Comment se fait-il que le passé vive si fort en moi ?
Entendez-vous ce que vous dites : le passé vit si fort… *Vit si fort "en moi".* En vous ! Oui, la guerre est *"en vous"*, mais vous n'êtes pas la guerre. S'il existe quelque chose que vous appelez la mémoire et qui loge de temps en temps en vous, c'est déjà la preuve que vous ne pouvez être celle-ci. Votre mémoire d'aujourd'hui était-elle la même

lorsque vous aviez trois ans ? Certainement pas, et celle que vous aviez ce matin est différente, elle aussi, de l'actuelle puisqu'il y a des éléments qui s'y sont ajoutés entre-temps. La mémoire traverse le temps et disparaît souvent ; quand vous dormez d'un sommeil profond elle n'existe aucunement. J'insiste : ce que vous êtes, vous l'êtes toujours. La mémoire n'est que le ciment de tout ce qui est temporel et spatial ; sans elle vous ne pourriez comprendre une seule phrase : ce que vous entendez n'est qu'une série de bruits, après vingt ou quarante sons vous dites : "Tiens, j'ai entendu une phrase", en fait vous n'avez pas entendu. C'est la mémoire qui associe et projette une simultanéité sur des choses qui n'étaient pas reliées – une simple illusion acoustique – sans elle aucune perception n'est possible ! (…) Je me souviens – non comme si cela se passait hier – mais néanmoins très bien, que j'ai pleuré le jour où mon père m'a amené pour la première fois à la maternelle, je me souviens aussi de la première journée à l'école primaire, au lycée, etc. Qu'est-ce que cela prouve ? Une chose : que moi, en tant que Présence-consciente, j'étais là. » Walter Keers , Revue *Être*. N° 2. 1986. 14e année.

Nous nous identifions à tort à nos souvenirs que nous trainons derrière nous comme un poids mort ; nous vivons ainsi aliénés par notre passé. Comprenons que notre passé ne constitue pas notre nature, mais notre histoire.

Il n'est cependant pas nécessaire d'oublier cette histoire pour découvrir ce que nous sommes vraiment ; il suffit d'être attentif à ce qui est nouveau, à cet instant présent, à ce moment neuf. Ce qui perçoit ce chant d'oiseau, ce qui voit le vert de l'herbe, ce qui sent sur la peau le frôlement du vent ou les embruns de la mer, cela que nous sommes n'a pas d'âge, pas de mémoire.

Nous ne pouvons nous connaître par le moyen de la mémoire ; comme l'écrit Jean Klein : « La découverte de votre nature réelle ne peut se réaliser par la mémoire. Elle arrive par l'attention multidimensionnelle qui a lieu naturellement lorsque la mémoire est absente. Cette attention innée est écoute. Lorsque vous êtes dans l'écoute, vous vous sentez dans la vastitude, dans l'immensité où il n'y a personne qui écoute ou qui regarde. Dans l'écoute seule. »[88]

Résumé :

- **Nous nous identifions à nos souvenirs.**
- **Mais nous sommes ce qui est témoin des souvenirs.**
- **Ce que nous sommes existe au présent.**
- **Le « je suis » n'a pas d'âge.**

[84] John Locke, *Essais sur l'entendement humain*, traduction Etienne Balibar, Éd. du Seuil.
[85] Idem.
[86] Idem.
[87] Idem.
[88] Jean Klein, *Qui suis-je ? La quête sacrée*, Éd. Le Relié, traduction Agnès Lowy.

Il est temps maintenant de répondre à la question essentielle qui est la nôtre depuis le début du livre : que sommes-nous ?

Notre méthode pour avancer sur ce chemin a consisté à distinguer ce que nous ne sommes pas de ce que nous sommes ; tout ce dont nous pouvons prendre conscience et qui est objet pour la conscience ne peut être le vrai sujet, qui lui, n’est jamais un objet.

Notre vraie nature n’est donc ni le corps, ni le personnage social, ni le caractère, ni les pensées, ni les souvenirs mais le témoin de tous ces phénomènes. Ce témoin ne peut être que la conscience, le spectateur du spectacle complexe et changeant constitué de tous les phénomènes physiques et psychiques de notre existence. L’ultime sujet, le soi, centre de notre individualité, est la conscience pure immuable, et cette conscience pure se connaît elle-même sans dualité.

Cette conscience pure ne doit cependant pas être confondue avec le moi empirique et quotidien. Nous croyons véritablement être uniquement un corps et un mental car, par ignorance, la conscience s’identifie à un corps et à un psychisme. Dès lors, quand l’homme dit « je », ce « je » renvoie à l’individualité qu’il croit être. Qu’est-ce que l’homme s’imagine être en effet ? Il pense pouvoir conclure, à partir du témoignage de sa conscience : « Je suis Pierre Dupond, c’est-à-dire je suis cet individu avec un corps, pourvu de certaines caractéristiques (grand ou petit, beau ou non…) ; j’ai un âge ; je me reconnais dans le miroir ; et je suis ces émotions, ce caractère, ces désirs, ces pensées, etc. »

Or, la conscience pure n’a aucune caractéristique individuelle ; elle n’est pas une conscience individuelle parmi d’autres consciences individuelles ; elle n’est pas un représentant (ma conscience) d’un genre plus vaste qu’elle (le genre des milliards de consciences individuelles sur la terre) ; elle est au contraire *universelle*. Je ne peux

trouver dans cette conscience rien qui appartienne encore à l'individu humain que je suis. Pour accéder jusqu'à elle, il faut se désidentifier de tout ce qui constitue l'individualité, du moi. Plotin symbolise cette purification par un rite des Mystère d'Eleusis : « Pour l'obtenir (le Bien), il faut monter vers le haut, se tourner, se dépouiller de ce que l'on avait en descendant ; de même que ceux qui montent vers les sacrés d'entre les Mystères se purifient, déposent leurs vêtements d'auparavant, et montent nus, jusqu'à ce que, ayant dépassé dans la montée tout ce qui est étranger au dieu, on voit seul à seul, isolé, simple, pur, l'être dont tout dépend, que tout regarde, par qui tout est, vit, et pense. » [89]

Ainsi, il faut savoir se dénuder, se dépouiller pour pénétrer jusqu'au cœur du Soi ; il faut savoir se distinguer de toutes nos particularités individuelles et laisser dehors notre moi, comme on abandonne un habit trop vieux ou trop étroit désormais. On ne peut entrer au centre de soi-même qu'avec une *conscience nue*. En effet tout notre voyage vers le centre de nous-même consiste à nous simplifier de plus en plus, à enlever une à une les pelures de l'oignon, les gaines qui nous empêchaient de voir le noyau central, le soi immuable.

« Sans changement, sans forme, sans blâme, je suis immuable ; je ne suis pas le corps en effet, qui a pour nature le non-être ; c'est ce qui est appelé "connaissance" par les sages.

Pur, sans illusion, sans concepts, je suis omniprésent. Je ne suis pas le corps en effet, qui a pour nature le non-être ; c'est ce qui est appelé "connaissance" par les sages.
Sans attributs, sans activités, éternellement libre, je suis impérissable ; je ne suis pas le corps en effet, qui a pour nature le non-être ; c'est ce qui est appelé "connaissance" par les sages.
Sans tâche, inébranlable, infini, pur, je suis sans vieillesse, sans mort ; je ne suis pas le corps en effet, qui a pour nature le non-être ; c'est ce qui est appelé "connaissance" par les sages. » Shankara, *L'expérience directe* [90].

Le moi d'un individu varie au cours du temps : il n'est pas le même dans l'enfance, dans l'adolescence et à l'âge adulte. Pourtant nous sentons tous au fond de nous une identité, un être immuable qui assure que tous ces « moi » successifs appartiennent bien au même être, et qu'au-delà de leur changement, nous restons identiques. N'est-ce pas surprenant d'être le même avec un « moi » de cinq ans, un « moi » de vingt ans et un « moi » de cinquante ans ?

« Êtes-vous un être humain ? Définissez un être humain. Un être humain est un mélange incongru de corps, de perceptions et d'esprit avec le principe-du-je. À l'exception du principe-du-je, tous ces éléments changent sans cesse. Mais vous admettrez que vous êtes ce principe-du-je. Vous, en tant que ce principe-du-je, représentez l'arrière-plan permanent qui relie entre eux tous ces changements incessants. Ce principe-du-je est distinct et séparé du corps, des perceptions et de l'esprit muables. Où est l'être humain dans le sommeil profond, lorsque vous n'avez ni corps, ni perceptions, ni esprit ? Certainement nulle part. Et cependant "vous" êtes là, en tant que ce principe-du-je. Par conséquent vous n'êtes pas un être humain mais un principe immuable, permanent. En tant que tel, vous pouvez très bien saisir cette Vérité, au-delà. » Krishna Menon , *Notes*.

Ce que nous sommes vraiment n'est pas dans le temps ; nous n'avons pas d'âge ! Tout change en nous, mais ce qui est témoin du changement ne passe pas. Voici ce qu'écrit le jeune Schelling : « Le Moi est, parce qu'il est, sans aucune condition ni limitation. Sa forme originaire est celle de l'être pur, éternel : on ne peut dire de lui : il était, il sera, mais seulement : il est. Celui qui prétendrait le déterminer autrement que par son seul être devrait nécessairement l'abaisser au niveau du monde empirique. Il est posé purement et simplement, et

donc posé en dehors de tout temps, la forme de son intuition intellectuelle est l'éternité. Il est infini par soi-même. (…) Dans la mesure où le Moi est éternel, il n'implique absolument aucune durée. La durée n'est pensable en effet qu'en référence à des objets. On parle d'une éternité en durée, c'est-à-dire d'une existence en tout temps, mais l'éternité au sens propre du terme signifie en aucun temps. La forme originaire pure de l'éternité réside dans le Moi. »[91]

Il est probable que certains des lecteurs qui m'auront suivi jusqu'ici se disent que savoir qu'au centre de nous-mêmes il y a une conscience, n'a rien de nouveau ni de renversant. Certes, nous avons toujours su que nous étions conscients, mais les résultats de nos réflexions vont bien au-delà de ces évidences. Je n'ai pas démontré que je suis conscient (ce qui ne nécessite aucune démonstration étant évident par soi) mais je pense avoir démontré que notre véritable nature est le Soi, la pure conscience. Le Soi est a-temporel, sans âge, sans forme, sans limite, sans taille, sans poids, sans couleur, sans lieu… Le Soi n'est pas un individu, et vous êtes Cela. Vous n'êtes pas ce que vous croyez être !

On aurait donc tort de penser que notre réflexion qui part de l'expérience commune « d'être soi » et qui arrive à l'expérience « d'être le Soi » est une boucle qui ne nous a fait rien gagner dans la connaissance de nous-mêmes car il y a entre le point de départ et le point d'arrivée une distance immense, qualitativement infinie en vérité (et paradoxalement pas de distance non plus). Nous partons de la conscience immédiate, c'est le point de départ, mais nous parvenons à la conscience pure du témoin, c'est le point d'arrivée, Présence à soi du Soi considérée en elle-même, dégagée dans sa lumière propre. Le « je suis » nécessite donc d'être distingué par l'attention de tous les objets auxquels il s'est identifié et ainsi replacé dans sa pureté originelle.

En découvrant notre vraie nature nous dépassons l'homme en nous ; il faut dit Plotin : « Se penser soi-même non plus comme un homme, mais comme un être devenu complètement autre et qui s'élève en se rassemblant lui-même, vers la région du haut, emportant seulement la partie supérieure de l'âme. »[92]

Que sommes-nous ? La conscience, le « je suis ». Nous sommes cette présence à elle-même, pure de toute individualité, établie en elle-

même et en même temps une avec le monde, au-delà de l'objet et du sujet ; présence non-duelle, éveillée, atemporelle, sans forme, transparente et tranquille.

« La Présence intemporelle, l'arrière-plan derrière les perceptions, les pensées et entre elles, est pure conscience. Pensée et perception relèvent de la conscience fonctionnelle. La pure conscience est continue, son fonctionnement est discontinu ». Jean Klein , *La conscience et le monde*, Éd. Accarias-originel.

Le nom qui décrit l'essence de notre esprit, ce que nous sommes vraiment change selon les traditions, selon les lieux et les époques : on l'appelle atman-brahman, Shiva, nature de bouddha, rigpa, tao, Christ, Bien-aimé, conscience, source, etc. ; les noms changent, mais pas la réalité qui est au-delà de tout nom, ineffable.

Résumé :

- **Nous sommes la conscience au-delà de la mémoire, des pensées, du caractère, du personnage social, du corps.**

- **Notre véritable nature est la conscience pure, le « je suis ».**

[89] Plotin , *Ennéade*, I,6,7 cité par Victor Magnien, Les mystères d'Eleusis, p. 150.
[90] Shankara, *L'expérience directe*, traduit du sanskrit par José Le Roy, Éd. Almora.
[91] Schelling , *Du moi comme principe de la philosophie*, in *Premiers écrits*, Éd. P.U.F. p. 107.
[92] *Ennéade*, V,3,4, 11-14

Dans le bouddhisme, l'accent est mis sur le non-Soi, (*anatman* en sanskrit, *anatta* en pali). Dans l'homme, on ne trouve pas de soi ultime pour le Bouddha , pas de substance simple et permanente mais un flot de perceptions changeantes et multiples. Il s'agit bien d'abandonner le « je suis », comme on peut le lire dans un sutra bouddhiste : « Et comment, ô bhikkhus, ce renonçant est-il devenu quelqu'un qui a baissé pavillon, qui a laissé le fardeau à terre, qui est devenu sans obstacle ? C'est que ce renonçant a abandonné la prétention de "je suis" (*asminânâ*), et il l'a tranchée à la racine, l'a rendue pareille à une souche de palmier qui ne pourrait revenir à la vie. »[93]

La méprise selon le bouddhisme provient d'une appropriation des cinq agrégats physico-mentaux qui sont : les formes, les sensations, les conceptions, les volitions, et les consciences. Nous nous identifions avec eux et voyons à tort dans cette collection évanescente un « je » stable et personnel. Or ce qui caractérise les cinq agrégats, c'est leur mobilité, leur impermanence. « Ceux-ci (les cinq agrégats dont l'homme est constitué) sont tous impermanents, en perpétuel changement. (…) Ceux-ci ne restent pas les mêmes à deux instants consécutifs. Ici, A n'est pas égal à A. C'est un flux d'apparitions et de disparitions instantanées. »[94] Ni le corps, ni les agrégats psychiques n'ont d'unité ou de stabilité ; impossible d'y découvrir un Soi. Tout n'est que flux, comme celui d'un fleuve. Et en particulier, la conscience à laquelle on identifie le Soi change sans cesse : « Ce qui est appelé la pensée, le mental, la conscience, change sans cesse jour et nuit, se produit comme une chose et se disperse comme une autre chose. Tout comme un singe, dans une forêt ou un bois, en se jetant (d'arbre en arbre) saisit une branche, puis la laisse et en saisit une autre, de même, ce qui est appelé la pensée, le mental, la conscience change sans cesse jour et nuit. »[95]

Certes le bouddhisme ne nie pas l'existence d'un moi empirique, qui correspond à une identité superficielle de fonctionnement pourrait-on dire, en revanche, il nie bien l'existence d'une identité personnelle substantielle et permanente.

« Le roi Milinda s'approcha de Nâgasena et, lui ayant adressé les compliments ordinaires de civilité, il s'assit à son côté. Nâgasena lui rendit ses politesses, de sorte qu'il lui inspira des dispositions favorables. Alors le roi commença l'entretien :

— Comment vous appelle-t-on, Vénérable ? Quel est votre nom ?
— On m'appelle Nâgasena : c'est ainsi que mes confrères me désignent. Mais, ô roi, bien que les parents donnent à leurs enfants un nom tel que Nâgasena, Sûrasena, Vîrasena, Sîhasena, c'est là seulement une appellation, une notion vulgaire, une expression courante, un simple nom : il n'y a pas là-dessous d'individu. » *Les questions de Milinda*[96].

Cette théorie phénoméniste, instantanéiste, anti-substantialiste se trouve également en Occident comme dans ce texte singulier du philosophe écossais Hume : « Il y a certains philosophes qui imaginent que nous avons à tout moment la conscience intime de ce que nous appelons notre moi ; que nous sentons son existence et sa continuité d'existence ; et que nous sommes certains, plus que par l'évidence d'une démonstration, de son identité et de sa simplicité parfaites. »[97]

Ici Hume vise Descartes et les cartésiens qui pensent qu'en se tournant vers leur intériorité, vers leur conscience, ils peuvent découvrir un être stable, le « je suis », absolument simple. Ce n'est cependant pas la découverte que fait Hume qui, dans cette introspection, ne peut, lui, rien saisir d'autre que des perceptions changeantes. « Pour ma part, écrit Hume, quand je pénètre le plus intimement dans ce que j'appelle moi, je bute toujours sur une perception particulière ou sur une autre, de chaud ou de froid, de lumière ou d'ombre, d'amour ou de haine, de douleur ou de plaisir. Je ne peux jamais me saisir, moi, en aucun moment sans une perception et je ne peux rien observer que la perception. »[98]

Ainsi quand je regarde en moi, je ne trouve que des pensées, des sensations, des perceptions fluentes et multiples. Hume ne dit pas ici que les perceptions nous empêcheraient de connaître le moi ; sa thèse est bien plus radicale et proche de celle du Bouddha ; il affirme que le moi n'a pas d'existence substantielle. La permanence que nous lui attribuons dans le temps et son unité que nous croyons trouver dans le divers des phénomènes est illusoire. Le « moi » n'a donc ni unité ni permanence : il n'est rien d'autre, selon Hume, qu'« un faisceau ou une collection de perceptions différentes qui se succèdent les unes aux autres avec une rapidité inconcevable et qui sont dans un flux et dans un mouvement perpétuels ».

Les arguments de Hume comme ceux du bouddhisme opposés à l'existence du moi sont solides et bien pesés. Que leur opposer ? Que sommes-nous alors : un soi ou une absence de soi ? Une vacuité ou une plénitude ?

Je crois que cet affrontement entre la thèse qui pense le moi et l'esprit comme vacuité et celle qui fait du soi une substance absolue est pour l'essentiel verbale et factice. Le soi que nous découvrons au bout de la quête, celui qui apparaît quand toutes les surimpositions sont ôtées, ne se réduit pas au soi empirique, à l'ego personnel et individuel.

D'ailleurs certaines traditions bouddhistes n'hésitent pas à parler de la Nature-de-Bouddha pour nommer l'esprit, ce qui peut sembler être à nouveau une manière de le substantifier. La Nature-de-Bouddha (appelée aussi le *Tatagatagharba* signifiant la matrice de l'ainsi venu) a été introduit par le philosophe bouddhiste Asanga au IV e siècle après J.-C. soit 7 siècles après la mort du Bouddha. Quelques bouddhistes considèrent que cette nature de Bouddha corrompt l'enseignement du Bouddha originel sur le non-soi et la vacuité de l'égo. Ne revient-on pas à l'atman du vedanta avec cette notion ?

Voici cependant ce qu'écrit Sogyal Rinpoche, maître dzogchen[99] contemporain, de cette nature de Bouddha :

« à quoi ressemble la nature de l'esprit ? Imaginez un ciel, vide, spacieux, et pur depuis l'origine : telle est son essence. Imaginez un soleil, lumineux, sans voile et spontanément présent : telle est sa nature. Imaginez que ce soleil brille impartialement sur tout être et toute chose, rayonnant dans toutes les directions : telle est son énergie, manifestation de la compassion. Rien ne peut l'entraver, et elle pénètre toute chose.

Où réside précisément notre nature de bouddha ? Elle demeure dans la nature semblable au ciel de notre esprit. Totalement ouverte, libre et sans limites, elle est fondamentalement si simple que rien ne peut la

compliquer, si naturelle qu'elle ne peut être corrompue ni souillée, si pure qu'elle est au-delà du concept même de pureté et d'impureté.

Comparer cette nature de l'esprit au ciel n'est, bien entendu, qu'une métaphore pour nous aider à imaginer son caractère illimité et universel ; la nature de bouddha possède en effet une qualité que n'a pas le ciel, celle de la clarté radieuse de la conscience pure. Il est dit : "Elle est simplement notre conscience claire, parfaite, de l'instant présent, cognitive et vide, nue et éveillée."»[100]

Décrire la nature de bouddha comme étant une conscience vide, nue, claire n'est pas très éloigné de ce que dit l'advaita vedanta de l'atman (le soi). On trouverait également de nombreux textes de cette tradition qui comparent l'esprit au ciel ou à l'espace comme celui-ci attribué à Shankara :

« Ce qui semblable à l'espace s'étend partout et qui, calme et sans forme, est la clarté par excellence, ce qu'il y a de plus désirable, ce qui, sans commencement et sans fin, est la chose suprême appelée Shankara, ce qui doit être perçu à l'intérieur, je suis vraiment Cela. »[101]

Sans doute, y a-t-il des différences dans l'expression entre le bouddhisme et l'advaita, comme il y en a aussi entre la philosophie de Plotin ou de Maître Eckhart et ces traditions orientales[102]. Mais il me semble qu'au-delà de ces formulations diverses et multiples, c'est de la même expérience et de la même connaissance dont ces philosophes et ces mystiques témoignent : celle de notre véritable nature.

Les textes des maîtres du bouddhisme mahayana nous libèrent de toute clôture sur une chose – une substance – et les textes des maîtres de l'advaita vedanta nous recentrent sur l'essentiel – la plénitude. Le soi n'est pas une chose ; c'est une non-chose, un non-être, un rien. Il n'est rien car dépourvu de toute caractéristiques mondaines ; il est impossible à décrire car il n'y a précisément rien à décrire ; il est vacuité, vide, absence, gouffre, infini sans fond. Mais parce qu'il est absence de choses, il est aussi toutes choses. Ce que je trouve au centre de moi n'est …rien, mais de ce rien jaillit le tout.

Nisargadatta Maharaj réconcilie magnifiquement ces deux points de vue : « Voir que je ne suis rien c'est la sagesse ; voir que je suis tout c'est l'amour, et ma vie entre les deux se déroule. »

« Dans cette claire vacuité où les pensées passées se sont évanouies sans trace aucune,
Dans cette fraîcheur où les pensées à venir ne sont pas encore :
À l'instant où s'établit le mode naturel sans fabrications,
Voici cette conscience qui, à ce moment, est en elle-même tout ordinaire,
Et dès que vous tournez votre regard nu sur vous-même,
Ce regard qui n'a rien à voir débouche sur la clarté,
La Présence dans son évidence, nue et vive,

C'est une pure vacuité qui n'a été créée d'aucune manière.
Un état inaltéré où clarté et vide sont indivisibles,
Ni éternel puisque rien n'y existe vraiment
Ni néant puisqu'il est clair et vif.
Il ne se réduit pas à l'un, étant présent et limpide en toutes choses.
Et n'est pas le multiple, car tout y est d'une saveur unique dans l'inséparabilité,
Telle est cette Présence intrinsèque et elle n'est rien d'autre.
Cet esprit essentiel vide et clair connaît toutes choses, étant conscient de tout,
Sa clarté et sa vacuité étant indivisibles depuis l'origine, on le compare au ciel ;
Etabli définitivement en tant que claire évidence de la sagesse née : elle-même,
Il est de fait la Réalité même. » Padmasambhava[103] .

Ce que nous sommes vraiment présente ainsi l'aspect paradoxal, d'être à la fois être et non-être, plénitude et vacuité, et de n'être rien et tout à la fois. Il ne s'agit pas d'une subtilité dialectique pour échapper au problème, mais de la reconnaissance profonde que la réalité est un mystère au-delà des mots ; mystère qui s'expérimente dans le silence des contraires et la coïncidence des opposés.

Je ferai mienne la conclusion de Michel Hulin évoquant dans un excellent ouvrage l'opposition des penseurs bouddhistes (partisans du non-soi) et des penseurs de l'advaita vedanta (partisans du soi). Michel Hulin écrit : « Imaginons deux troupes d'hommes, marchant l'une vers l'est, l'autre vers l'ouest. Si ces hommes ignorent que la terre est ronde, ils auront le sentiment de s'éloigner toujours davantage les uns des autres, et cela alors même qu'au bout d'un certain temps ils commencent à se rapprocher les uns des autres à

leur insu. Ainsi, peut-être, s'expliquera-t-on la violence des polémiques entre des penseurs qu'à nos yeux peu de chose sépare. Peut-être que leur réconciliation ne peut avoir lieu qu'à la toute dernière extrémité des deux voies, dans le silence, au-delà des mots et de la conscience personnelle. Dans ce cas, la polémique sur l'âtman entre brahmanes et bouddhistes aurait encore de beaux jours devant elle. »[104]

Résumé :

- **Les bouddhistes considèrent que le moi est vacuité.**
- **Nous sommes rien et tout à la fois.**
- **Les manières d'exprimer la connaissance de soi sont diverses dans les traditions et les philosophies, mais l'expérience est unique.**

[93] *Alagaddûpama-sutta*, cité et traduit par Môhan Wijayaratna, dans *La philosophie du Bouddha* , Éd. De La Sagesse, 1995.
[94] *L'enseignement du Bouddha* , W. Rahula, pp. 45-46.
[95] Idem.
[96] *Les questions de Milinda*, Traduit du pali par Louis Finot, Éd. Bossard.
[97] Hume, *Traité de la nature humaine,* trad. Leroy, Éd. Aubier Montaigne .
[98] Hume, *Traité de la nature humaine,* trad. Leroy, Éd. Aubier Montaigne .
[99] Le dzogchen est une école du bouddhisme tibétain qui présente l'accès à l'absolu comme direct et immédiat.
[100] Sogyal Rinpoche, *Le livre tibétain de la vie et de la mort*, Éd. Le livre de poche.
[101] *Fleurs du Nirvana*, Traduit du sanskrit par René Allar. Shankara « Celui qui fait la paix », épithète de Shiva et nom de l'auteur.
[102] Voir par exemple mon ouvrage *Le saut dans le vide*, Edition Almora, où je présente les points communs de ces diverses traditions.
[103] Padmasambhava, VIII e siecle, *Le livre des morts tibétains*, traduction du tibétain Philippe Cornu.
[104] Michel Hulin , *Comment la philosophie indienne s'est-elle développée ? La querelle brahmanes-bouddhistes*, Éd. du Panama, 2008.

La connaissance de soi qui est la conscience du soi se distingue d'une connaissance intellectuelle ; elle est une intuition de soi se ressaisissant elle-même dans un geste intérieur de conversion. Plus qu'une connaissance d'ailleurs, il s'agit davantage d'une reconnaissance de soi car nous n'avons en réalité jamais cessé d'être nous-mêmes. La connaissance de soi ne nous rajoute rien ; elle ôte au contraire une ignorance superflue. Le Soi nous est déjà connu ; c'est ce que nous sommes ! Comme le dit Shankara : « Tous ont conscience de l'existence qui est la leur et nul ne pense : "Je ne suis pas". Si l'existence du Soi n'était pas chose bien connue, tous iraient pensant : "je ne suis pas" »[105]. Le Soi est autoétabli, et n'a pas besoin de preuve supplémentaire ; il suffit de le distinguer de ce qu'il n'est pas.

Cette connaissance du Soi est appelée « éveil » dans les traditions indiennes (*bodhah* en sanskrit) car elle provoque un réveil de toute notre existence qu'elle bouleverse jusqu'à son cœur le plus intime. Comme la sonnerie du réveil matin nous arrache à nos rêves illusoires et à notre identification à un personnage fictif, de même cette connaissance nous révèle que l'individu auquel nous nous étions identifiés était une construction imaginaire. Soudainement, il disparaît et à sa place surgit une conscience infiniment vaste, sans centre, sans dualité. Cette révélation est stupéfiante et mystérieuse : le moi que l'on croyait être n'est pas notre vrai moi.

L'advaita vedanta indien qualifie de plus cet éveil de libération (*mokshâ* en sanskrit) car il s'agit en effet de la découverte d'une nouvelle vie intensément plus libre, plus ouverte, plus lucide. C'est une libération des pensées, une libération du stress, une libération des limites du corps, une libération du temps. Imaginez l'effet que pourrait ressentir l'espace à l'intérieur d'un verre prenant soudainement conscience qu'il n'est pas séparé du ciel ! Quelle liberté serait la sienne ! Quel élargissement de la conscience !

Cet éveil à soi-même est largement inconnu de nos sociétés, et absent aujourd'hui de notre culture ; on ne l'évoque ni dans les médias, ni à

l'université ; il ne fait pas partie de nos références culturelles et des objectifs de vie. Pourtant, il existe des milliers de témoignages d'hommes et de femmes, d'Orient ou d'Occident, du passé ou du présent, riches ou pauvres, lettrés ou ignorants, qui ont découvert leur vraie nature et se sont éveillés à la paix intérieure. Les grandes philosophies du passé et les plus profondes spiritualités font de la connaissance de soi la finalité de l'existence humaine. Il est grand temps que cet éveil à soi-même redevienne une possibilité pour nos contemporains qui ont soif d'absolu et de vérité.

Voici comment est raconté l'éveil de la reine Chudala dans le texte du Yoga-Vasishtha, écrit en Inde au moyen-âge : « "Ah ! Voilà connue enfin la pure réalité, qu'une fois pénétrée, nul n'en est plus dépossédé. Il n'existe ici-bas qu'une vaste conscience ; on dit qu'elle est la suprême réalité. C'est elle qu'on célèbre sous les noms de Brahman, de Paratman (le Soi ultime). Elle ne se divise pas en connaisseur, connaissance et connu. C'est elle qui nous fait prendre conscience de notre propre lumière, on la connaît sous le nom de Conscience originelle. C'est par sa seule énergie qu'elle déploie les mondes, nul autre qu'elle ne s'incarne ici-bas. Il n'est pour l'atman ni mort ni naissance, ni être ni non être, partout semblable à un ciel qui ne serait que conscience. Il n'est pour l'atman nulle fin. Rien ne peut le briser, rien ne peut le brûler. Il a pour soleil immaculé la Conscience. Ah ! Me voilà au bout de si longtemps toute sérénité, enfin délivrée ! Ni l'univers, ni le moi, ni rien d'autre n'existent. Il n'est ni vie ni mort. Tout est sérénité, seule demeure l'ultime réalité." Toute entière absorbée par de telles pensées, son prodigieux éveil lui fit comprendre que ce monde tel qu'il est a pour réalité la Conscience Ultime. Passions, peurs, doutes, ténèbres, dispersions, tout disparut, elle devint aussi sereine qu'un fin croissant de lune dans un ciel d'automne. » *Yoga-Vasishtha*, traduction inédite d'Alain Porte.

Voici un récit particulièrement précis du philosophe contemporain Ken Wilber décrivant cette expérience d'éveil :

« Imaginez que vous être en train d'admirer une montagne ; vous êtes décontracté, dans l'état sans effort de votre conscience présente, et soudain, la montagne est tout, et vous n'êtes rien. Votre sentiment du soi-séparé a subitement et totalement disparu et il reste seulement ce qui se produit à chaque instant. Vous êtes totalement conscient, parfaitement en éveil, tout semble complètement normal excepté que vous n'êtes plus nulle part. Vous n'êtes pas de ce côté-ci de votre visage à regarder les montagnes là-dehors, vous êtes tout simplement

la montagne, vous êtes le ciel, vous êtes les nuages, vous êtes tout ce qui se présente à chaque instant, très simplement, très clairement, juste ainsi …

En d'autres termes, la réalité ultime n'est pas quelque chose que l'on voit, mais plutôt l'Observateur toujours présent. Les choses que l'on voit vont et viennent, sont gaies ou tristes, agréables ou douloureuses, mais l'Observateur n'est rien de cela, il ne fait pas de va et vient. Le Témoin ne tremble pas, ne vacille pas, ne pénètre pas ce déroulement temporel. Le Témoin n'est pas un objet, n'est pas une chose vue, mais l'Observateur toujours-présent de toutes choses, le simple Témoin qui est le Je de l'Esprit, l'œil du cyclone, l'ouverture qui est Dieu, la clairière qui est pure Vacuité.

Il n'existe pas de moment où vous n'avez pas accès à cette conscience Témoin. À tout moment, il y a cette conscience spontanée de tout ce qui peut se trouver là – et cette conscience simple, spontanée, sans effort, est l'Esprit toujours-présent lui-même. Même si vous pensez que vous ne le voyez pas, cette même conscience est lui. Et ainsi, l'état ultime de conscience, l'Esprit intrinsèque lui-même, n'est pas difficile à atteindre mais impossible à éviter. »[106]

Exercice d'éveil

Le chemin que nous avons suivi jusqu'ici est un chemin d'analyse, qui peu à peu, par la réflexion, dégage notre véritable nature des différentes apparences auxquelles nous nous sommes identifiés : le corps, le personnage social, les pensées et même les émotions, etc. C'est une voie rationnelle qui satisfait aux plus hautes exigences de la philosophie et conduit au but ultime celui qui se donne la peine de la suivre.

Mais il existe une voie encore plus rapide, plus directe vers soi qui utilise moins le concept que le percept, moins l'analyse que l'intuition, et qui d'un coup d'aile peut nous éveiller à ce que nous sommes vraiment. Cette voie a été initiée par Douglas Harding au XX e siècle. Elle consiste à retourner soudainement notre conscience vers sa propre source, à ramener la flèche de notre attention en son centre, à retourner notre regard de 180° exactement pour prendre conscience de celui qui observe.

Douglas Harding a mis au point pendant 60 ans des outils capables de nous permettre enfin de prendre conscience de ce que nous sommes directement. Ces outils, ces expériences comme lui-même les désignait, opère le basculement de l'attention vers ce qui est attentif en nous.

Voici par exemple l'expérience la plus simple et aussi la plus représentative de son travail :

Regardez dans la direction de ce doigt, là où habituellement nous plaçons une tête et notre individualité.

Que voyez-vous dans la direction du doigt ? Apercevez-vous une tête ? Voyez-vous un objet ? Voyez-vous une couleur ? Est-ce rose, rouge, blanc, noir dans la direction du doigt ? Voyez-vous une forme ? Voyez-vous deux yeux ?

Il ne s'agit pas de répondre à ces questions à partir de la mémoire et de ce que vous pensez connaître de vous, mais à partir de l'expérience simple, à partir de l'attention.

Y a-t-il quoi que ce soit dans cette direction ? Voyez-vous quelque chose ou quelqu'un ? Le doigt ne désigne-t-il pas un espace vide, transparent et sans forme ?

Là où par distraction et inattention vous placiez jusqu'alors une tête et vous-même, l'évidence de l'instant présent ne vous révèle-t-elle pas un immense espace, une ouverture occupée en même temps par la scène qui se présente en cet instant, à savoir ce livre ?

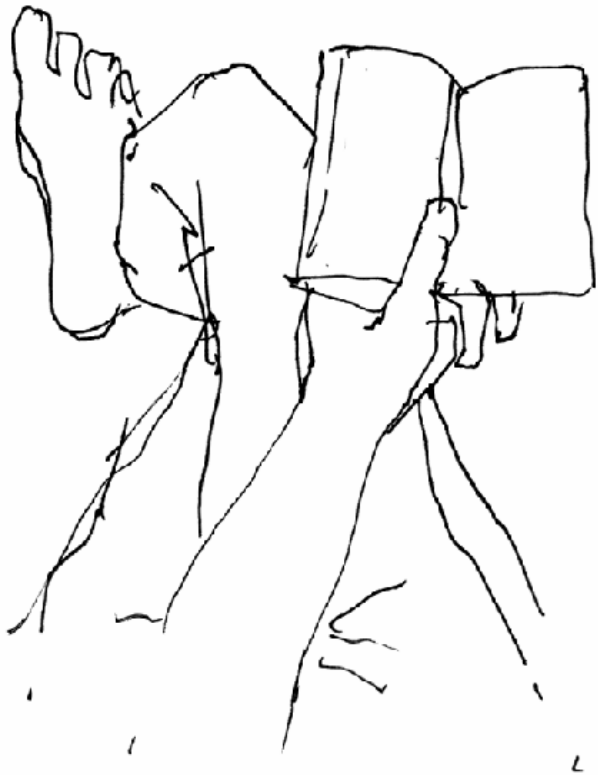
Cette expérience d'attention pointe vers notre vraie nature, vers notre véritable identité : la conscience, la non-chose qui est aussi immédiatement toutes choses. Nous ne sommes pas un individu dans le monde, une petite chose limitée et perdue parmi d'autres choses, opposée à d'autres choses ; nous sommes CELA, à la fois rien et tout.

Il s'agit de faire un saut dans le vide.

Résumé :

- **Découvrir sa vraie nature est une expérience d'expansion de la conscience.**

- **La conscience est non-duelle.**



[105] Shankara, *Brahma Sutras Bhashya*, Traduit par Michel Hulin *dans Comment la philosophie indienne s'est-elle développée ?*, Éd. Panama.
[106] Ken Wilber, *Les trois yeux de la connaissance*, Editions Almora.

la connaissance de soi n'est-elle pas une ignorance de soi ?

Je voudrais terminer ce petit traité sur la connaissance de soi par un paradoxe tout à fait remarquable : *la connaissance de soi est aussi une ignorance de soi.*

La connaissance de soi n'est pas une connaissance de type perceptif (je ne vois pas mon soi comme je vois cet arbre) ; ce n'est pas non plus une connaissance de type conceptuel (le soi n'est pas une idée dont je posséderais la définition) ; il s'agit d'une intuition, d'une expérience unitive au-delà de l'objet et du sujet.

Cette intuition de soi apporte une lucidité nouvelle et offre une perspective riche de sens sur notre nature et sur le monde ; c'est un trésor où on ne cesse de puiser des connaissances neuves. Je sais enfin ce que je ne suis pas ; je cesse de me prendre pour mon corps, mes pensées, ma mémoire, mes émotions. C'est un éveil inimaginable !

Pourtant, au cœur du Soi, on découvre aussi un mystère.

Un jour l'empereur Wu-ti vint rendit visite au maître zen Bodhidharma et lui demanda : « Quelle est la suprême signification de la vérité sacrée ? »

Bodhidharma dit : « — Immense vacuité, rien de sacré. »

L'empereur demanda encore : « — Qui se tient devant moi ? »

Bodhidharma répondit : « — Je ne sais pas. »

L'empereur ne fut pas satisfait alors Bodhidharma traversa la rivière et s'en alla.

À la question « Qui es-tu ? » Bodhidharma répond par un non-savoir ; pourtant Bodhidharma est éveillé à sa vraie nature ; il voit clairement ce qu'il est. Comment comprendre ce non-savoir ? Cette ignorance

signifie que la réalité ultime est au-delà de la compréhension intellectuelle, et qu'elle paraît pour l'esprit comme un non-savoir.

Seung Sahn un maître zen coréen contemporain a d'ailleurs fait du « je ne sais pas » le cœur de son enseignement.

« Seung Sahn a rencontré le Maître Zen Ko Bong, dont l'enseignant avait été le Maître Zen Mang Gong. Ko Bong était réputé pour être le Maître Zen le plus brillant de Corée, et un des plus sévères. À ce moment-là il enseignait seulement aux laïcs ; des moines, il disait qu'ils n'étaient pas assez motivés pour être de bons étudiants de Zen.

Seung Sahn lui a alors demandé : — Comment dois-je pratiquer le Zen ?

Ko Bong a dit : — Une fois, un moine a demandé au Maître Zen Jo-Ju : — Pourquoi Bodhidharma est-il venu en Chine ? Jo-ju a répondu : — Le cyprès est dans le jardin. Qu'est-ce que cela signifie ?

Seung Sahn comprit, mais il n'a pas su comment répondre. Il a dit : — Je ne sais pas.

Ko Bong a dit : — Garde seulement cet esprit ne-sait-pas. C'est ça la véritable pratique Zen. »[107]

N'est-ce pas ainsi que pourrait également se comprendre le non-savoir de Socrate : je sais que je ne sais rien ? À la fois, savoir ultime de l'expérience de l'absolu et dénuement extrême car la pensée n'y atteint pas. La connaissance de soi est une non-connaissance parce qu'il s'agit d'une intuition au-delà des modes du sujet et de l'objet.

Dans la *Kena Upanishad*, on lit également que la connaissance de l'absolu – le Brahman qui est aussi l'atman, le soi – est une non-connaissance :

« II-2. Je ne pense pas que je connaisse bien le Brahman, je ne pense pas non plus qu'Il m'est inconnu. Je Le connais pourtant ! Celui parmi nous qui prétend bien le connaître, ne le connaît pas ; mais celui qui dit ne pas bien le connaître, le connaît.

II-3. Celui pour qui Brahman n'est pas connu, celui-ci le connaît ; et celui pour qui Brahman est connu, celui-là ne le connaît pas. Il est inconnu de ceux qui pensent le connaître, et il est connu de ceux qui ne pensent pas le connaître. »[108]

Ce que nous sommes – la conscience – se trouve au-delà de la raison et des concepts, au-delà du savoir. Ainsi c'est dans un non-savoir qu'on trouve ce qu'on cherche. Mais ce non-savoir n'est pas infra-rationnel ; il se situe non pas en dessous de la raison mais au-dessus ; le non-savoir transcende le savoir.

Nous sommes donc en plein paradoxe : savoir (c'est-à-dire croire connaître par le mental) c'est ne pas savoir et ne pas savoir (se hisser au-delà des concepts) c'est savoir ; car le non-savoir est une docte ignorance.

« J'entrai, mais point ne sus ou j'entrais,
Et je restai sans savoir,
Transcendant toute science.

J'ignorai tout du lieu où j'entrais,
Mais lorsque je me vis là,
Sans connaître le lieu où j'étais,
J'entendis de grandes choses.
Point ne dirai ce que je sentis,
Car je demeurai sans rien savoir,
Transcendant toute science.

De la paix, de la bonté aussi,
C'était science parfaite,
Dans une profonde solitude,
Le droit chemin vu bien clair.
Pourtant c'était chose tant secrète,
Que je demeurai balbutiant,
Transcendant toute science.

J'en étais à ce point imprégné,
Absorbé, sorti de moi,
Que je demeurai dans tous mes sens
Dénué de tout sentir,
Tandis que l'esprit reçut en don

De pouvoir entendre sans entendre,
Transcendant toute science.
Tant plus haut je m'élevais ainsi,
Et tant moins je comprenais.
C'est là ce nuage ténébreux
Qui rend la nuit toute claire.
Or, pour ce, qui vient à le connaître
Demeure toujours sans rien savoir,
Transcendant toute science

Celui qui pour de bon parvient là
Se voit défaillir à soi.
Tout ce qu'il connaissait autrefois
Lui paraît chose si basse,
Et tant s'accroît en lui la science,
Qu'il demeure sans plus rien savoir,
Transcendant toute science.

Ce savoir issu du non-savoir
Recèle un si haut pouvoir,
Que les sages et leurs arguments
Ne le peuvent jamais vaincre ;
Car leur savoir ne saurait atteindre
À n'entendre pas en entendant,
Transcendant toute science.

Chose si hautement excellente
Est ce souverain savoir
Qu'il n'est ni faculté ni science
Qui le saurait entreprendre.
Celui qui soi-même se vaincra
À l'aide d'un non-savoir savant,
S'en ira toujours plus outre.
Et que si vous le voulez ouïr,
Cette science suprême
Réside en un sublime sentir
De l'essence de Dieu même.

Et c'est bien là l'œuvre de sa clémence
Que l'on demeure sans rien craindre,
Transcendant toute science. »
Saint Jean de la Croix , *Sur une extase de haute contemplation,*
Œuvres complètes, traduction du P. Cyprien, Desclée de Brouwer.

Quand la lumière est trop éblouissante, elle ressemble à la nuit, et c'est pourtant une lumière.

Résumé :

- **La connaissance de soi est paradoxale.**

- **La connaissance de soi est aussi une ignorance de soi.**

[107] Source http://www.buddhachannel.tv/portail/spip.php ?article4125 .
[108] *Kena Upanishad*, traduit Martine Buttex, Éd. Dervy.

biographie des auteurs

Aristote : (-384 av. J.-C., -322 av. J.-C.) Philosophe grec, élève de Platon, penseur universel ayant traité de métaphysique, politique, éthique, esthétique, logique, biologie. Son influence sur la pensée de l'Occident fut considérable.

Bergson Henri : (1859-1941) Philosophe français, spiritualiste, auteur de chefs-d'œuvre comme *L'évolution créatrice*, *Matière et Mémoire.*

Bodhidharma : (?-536) Moine bouddhiste originaire du sud de l'Inde, fondateur en Chine de l'école Chan, devenue au Japon l'école Zen.

Boèce : (470-524) Philosophe chrétien, traducteur, homme politique latin. Il est l'auteur de la célèbre *Consolation de la philosophie*. Après avoir été longtemps détenu, il est exécuté à Pavie par Théodoric le Grand.

Brunton Paul : (1898-1981) Voyageur, philosophe, mystique et écrivain britannique. En janvier 1931, il rencontra en Inde le sage Ramana Maharshi.

Carfantan Serge : Philosophe français contemporain, influencé par l'advaita vedanta. Professeur de philosophie, il anime également un excellent site de philosophie : « Philosophie et spiritualité » http :// sergecar.perso.neuf.fr/

Chateaubriand François-René de : (1768-1848) Écrivain romantique et homme politique français.

Comte Auguste : (1798-1857) Philosophe français. Fondateur du positivisme, il est l'un des précurseurs de la sociologie.

Descartes René : (1596-1650). Philosophe, physicien, mathématicien français. En recentrant la philosophie sur le sujet, il est le fondateur de la philosophie moderne. Auteur des *Méditations métaphysiques* et du *Discours de la méthode* entre autres.

Desjardins Arnaud : (1925-2011). Réalisateur français à l'ORTF de 1952 à 1974. Il fit connaître, en France, au travers de documentaires les traditions spirituelles orientales telles que l'hindouisme, le bouddhisme tibétain, le zen et le soufisme d'Afghanistan. Devenu disciple du maître indien Swami Prajnanpad, il enseigna lui-même dès les années 70 en France à travers des livres et dans son ashram dans le sud de la France.

Dostoïesvki Feidor : (1821-1881) Romancier russe. Auteur de *Crime et Châtiment*, *L'Idiot*, *Les Démons* et *Les Frères Karamazov*.

Engels : (1820-1895). Philosophe et théoricien socialiste allemand, grand ami de Karl Marx.

Épictète : (50-130). Philosophe de l'école stoïcienne. Il n'a pas écrit de livres mais son enseignement nous est connu à travers les *Entretiens* et le *Manuel*. Épictète distingue ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous ; la sagesse consiste à dire oui au cours des choses.

Fromaget Michel : (1947-) Anthropologue français, maître de Conférences à l'université de Caen Basse Normandie. Entre autres ouvrages, il a publié en 1991, chez Albin Michel, *Corps âme esprit. Introduction à l'anthropologie ternaire.*

Gusdorf Georges : (1912-2000) Philosophe français. Professeur à l'université de Strasbourg, puis à l'Ecole Normale Supérieur à Paris. Auteur entre autres de *La Découverte de soi* en 1948.

Harding Douglas : (1909-2007) philosophe et mystique anglais, qui a mis au point un chemin de connaissance de soi appelé « Vision sans tête » ; auteur de nombreux ouvrages dont *Vivre sans tête*. Voir le site http://www.visionsanstete.com

Heidegger Martin : (1889-1976) Philosophe allemand qui a exercé une puissante influence au XX e siècle sur la philosophie française. Disciple d'abord d'Edmund Husserl et de la phénoménologie, il se tourne ensuite vers l'ontologie et la question de l'être. Ses études nombreuses portent sur Nietzsche, Hölderlin, Parménide.

Héraclite : (vers -544-541 av. J.-C., -504-501 av. J.C). Philosophe grec. Pour lui, le monde n'a pas de substance et s'écoule sans cesse.

Hulin Michel : Ancien professeur de philosophie à Sorbonne, indianiste, sanskritiste ; un des meilleurs connaisseurs français de la philosophie indienne.

Hume David : (1712-1776) Philosophe écossais. Un des plus importants penseurs des Lumières. Auteur du *Traité de la nature humaine*.

Jean de la Croix : (1542-1591) Un des plus grands mystiques espagnols. Participe avec Thérèse d'Avila au renouveau de l'ordre du Carmel.

Kafka Franz : (1883-1924) Ecrivain pragois de langue allemande.

Kant Emmanuel : (1724-1804). Philosophe allemand. Son œuvre et son influence sont immenses. Auteur de *La Critique de la raison Pure* en 1781.

Keers Wolter : (1923-1985) Enseignant. Il a été un des premiers à introduire l'advaita vedanta en Hollande dans les années 50. A rencontré Krishna Menon en Inde. Traducteur de Nisargadatta Maharaj en hollandais.

Kierkegaard Soren : (1813-1855) Philosophe chrétien danois. Il est considéré comme le précurseur de l'existentialisme.

Klein Jean : (1912-1998) Maître spirituel français originaire d'Europe centrale. Rencontre Atmananda Krishna Menon et Krishnamacharia en Inde, qui l'initie au yoga. Son enseignement s'inscrit dans la tradition de l'advaita vedanta. Exerce une profonde influence sur le mouvement non duel contemporain.

Krishna Menon Atmananda : (1883-1959). Ancien inspecteur de police, maître spirituel indien de l'advaita Vedanta, auteur de *Atma Darshan* and *Atma Nirvriti*

Krishnamurti : (1895-1986). Célèbre enseignant d'origine indienne. Considéré comme étant le messie universel par la société théosophique de l'époque, il refuse ce titre, quitte la Théosophie et parcourt le monde en faisant des conférences. Son enseignement, très critique à l'égard des religions et des gourous, invite les hommes à rejeter toute autorité spirituelle.

Leloup Jean-Yves : (1950-) Prêtre orthodoxe, philosophe et

théologien français. Ouvert aux traditions orientales, il est l'auteur de nombreux ouvrages de spiritualité chrétienne.

Locke : (1632-1704). Philosophe anglais empiriste. Il considère que toutes nos connaissances viennent de l'expérience. Philosophe libéral en politique.

Maharaj Nisargadatta : (1897-1981). Maître spirituel indien de la doctrine de l'Advaita Vedânta. Il fut connu en Occident grâce à la publication de son recueil d'entretiens *I am That* (*Je suis* en français). Disciple de Siddharameshwar Maharaj, il appartient à la tradition spirituelle appelée Navnath Sampradaya.

Maharshi Ramana : (1879-1950) Plus célèbre maître indien du XX e siècle, de la tradition de l'advaita vedânta. Sa méthode d'éveil consiste à se poser la question « Qui suis-je ? ». Il est la source principale des enseignements de non-dualité en Occident.

Marx Karl : (1818-1883). Philosophe, économiste communiste allemand. Auteur du *Capital* et du *Manifeste du parti communiste*.

Montaigne Michel de : (1533-1592). Philosophe français et maire de Bordeaux. Auteur des *Essais*.

Padmasambhava : (VIII e siècle). Célèbre maître bouddhiste. Fondateur du bouddhisme tantrique tibétain. Aussi appelé Guru Rinpoche. Considéré comme le deuxième bouddha.

Pascal Blaise : (1623-1662). Philosophe, mathématicien, physicien, et théologien français.

Pessoa Fernando : (1888-1935) Poète portugais.

Platon : (428/427 av. J.-C., 348/347 av. J.-C.).Philosophe grec. Disciple de Socrate et maître d'Aristote. Source de toute la philosophie occidentale.

Plotin : (205-270 après J.-C.) Philosophe d'Alexandrie, auteur des *Ennéades*. Maître principal du « néoplatonisme », fortement influencé par Platon. Plotin a exercé une influence considérable sur la mystique chrétienne.

Poonja : (1910-1997) Enseignant indien de l'advaita vedânta. Connu aussi sous le nom de Papaji ou Poonjaji. A eu de nombreux disciples occidentaux.

Reid Forrest : (1875-1948) Critique littéraire et traducteur. Romancier irlandais.

Rosset Clément : (1939-).Philosophe français. Auteur du *Réel et son double* et d'études sur Schopenhauer. Nous invite à coïncider joyeusement avec le réel au lieu de le fuir.

Rousseau Jean-Jacques : (1712-1778) Philosophe et écrivain français des Lumières. Auteur du *Contrat social* et de *Emile*. Ses idées sont en partie à l'origine de la révolution française.

Saint Augustin : (354-430). Philosophe et théologien chrétien. Père et docteur de l'Église. Auteur des *Confessions* dans lesquelles il relate sa conversion au christianisme et ses expériences mystiques.

Sartre Jean-Paul : (1905-1980) Philosophe et écrivain français. Fondateur de l'existentialisme français.

Schelling Friedrich Wilhelm Joseph von : (1775,1854) Philosophe idéaliste allemand.

Seung Sahn : (1927-2004) Maître zen coréen. Il est l'un des premiers maîtres coréens à s'installer aux États-Unis où il a fondé de nombreux temples. Il a enseigné à de très nombreux disciples occidentaux.

Sextus Empiricus : (II e siècle ap. J.-C.) Philosophe et médecin sceptique.

Shankara : (VIII e siècle) Philosophe indien, fondateur de l'advaita vedanta. Il est l'auteur de nombreux commentaires notamment des Upanishads et des Brahmasoutras.

Socrate : (-470 av. J.-C., -399 av. J.-C.) Philosophe grec, maître de Platon.

Sogyal Rinpoche : (1947-) Enseignant bouddhiste tibétain appartenant à la lignée du dzogchen. Auteur du fameux *Livre tibétain de la vie et de la mort*.

Thérèse d'Avila : (1515-1582) Sainte catholique espagnole. Figure majeure de la spiritualité chrétienne et réformatrice du carmel. Grande mystique.

Wilber Ken : (1949-) Philosophe américain contemporain, spiritualiste. Très influencé par la mystique et les traditions orientales mais aussi

par les travaux de psychologues transpersonnels. Ses recherches portent sur la construction d'une théorie intégrale pouvant embrasser l'ensemble du champ de l'expérience humaine.

bibliographie

La bibliographie de la connaissance de soi est immense ; je ne propose ici que quelques titres qui m'ont notablement éclairé :

Sur la connaissance de soi

Carfantan Serge : *Conscience et Connaissance de soi*, Presses universitaires de Nancy, 1992.

Courcelle Pierre : *Connais-toi toi-même, de Socrate à saint Bernard,* tome I, Etudes Saint Augustiniennes, 1974.

Davy M.-M. : *L'homme intérieur et ses métamorphoses*, Desclée de Brouwer, 1977. *La connaissance de soi* ; PUF, 1966

Dixaut Monique : sous la direction de, *La connaissance de soi*, *études sur le traité 49 de Plotin* , Éd.Vrin, 2002.

Fromaget Michel : *L'Homme tri-dimensionnel*, Albin Michel, 1996 ; *Corps, Ame, Esprit, Introduction à l'anthropologie ternaire*, Éd. Albin Michel, Question de, 1991

Hadot Pierre : *Plotin ou la simplicité du regard*, Folio,1997.

Harding Douglas : *Vivre sans tête*, trad. Jean Couvrin, Éd. Courrier du livre, 1976 ; *La Science de la première personne*, trad. C.Harding , Éd. Dervy, 1998.

Klein Jean : *Qui suis-je ? La quête sacrée*, Albin Michel, 1988 (réédition Le Relié)

Maharaj Nisargadatta : *Je suis*, Éd. Les Deux Océans, 1982.

Maharshi Ramana, *Enseignement de Ramana Maharshi* , trad.A.Dupuis, A.Perreli, J.Herbert, Éd. Albin Michel, 1972.

Les textes classiques

Descartes René : *Les méditations métaphysiques* .

Hume David : *Le traité de la nature humaine.*

Locke John : *Identité et différence, L'invention de la conscience*, présenté, traduit et commenté par Etienne balibar, Points Seuil, 1998.

Platon : *Alcibiade*, *Charmide.*

Plotin : *Ennéades V, 3*, trad. Bertrand Ham, Les Éditions du Cerf, 2000.

Rousseau Jean-Jacques : *Les confessions*.

Saint Augustin : *Les Confessions*

Pour en savoir plus, consultez

http://eveilphilosophie.canalblog.com

Collection dirigée par
José Le Roy

Pour l'édition française originale :

© Éditions Almora, 2013

ISBN de l'édition originale :
978-2-35118-165-2

Pour la présente édition numérique :

© Éditions Almora, 2013.

ISBN de l'édition numérique :
978-2-35118-194-2

Illustrations de couverture et intérieur :
François Matton

Cet ouvrage a été numérisé
le 18 février 2014 par Zebook.

Éditions Almora

51 rue Orfila, 75020, Paris

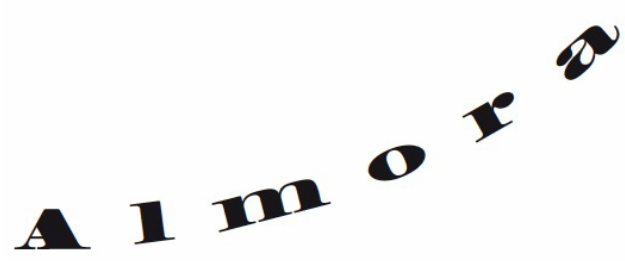
La copie de ce fichier est autorisée pour un usage personnel et privé. Toute autre représentation ou reproduction intégrale ou partielle, sur quelque support que ce soit, de cet ouvrage sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est interdite (Art. L122-4 et L122-5 du Code de la Propriété intellectuelle).

Selon la politique du revendeur, la version numérique de cet ouvrage peut contenir des DRM (Digital Rights Management) qui en limitent l'usage et le nombre de copie ou bien un tatouage numérique unique permettant d'identifier le propriétaire du fichier. Toute diffusion illégale de ce fichier peut donner lieu à des poursuites.

Dans la même collection

Les 7 clés de la méditation, Érik Sablé

L'advaita vedânta facile, Dennis Waite



Retrouvez toutes nos publications sur

www.almora.fr